

L'aïkido club Amnéville initie les enfants du centre aéré de Hessange.

RAOUL Philippe professeur des enfants du club accompagné de SAUVAGE Roland président du club ont fait découvrir l'Aïkido aux enfants du centre aéré.

C'est à travers des histoires de samourais et les origines des techniques de maniement du sabre que les apprentis samourais ont pu pratiquer

L'Aïkido est particulièrement adapté aux enfants pour différentes raisons :

- Il n'y a **pas de compétition**, donc accessible à tous et à toutes ; l'enfant n'aura pas tendance à se comparer aux autres (moins fort, plus fort). Ainsi il pratiquera avec joie et sans souffrance physique et morale pour arriver obligatoirement à un résultat, une performance. Son esprit restera donc ouvert, relâché, et son comportement sera plus en harmonie avec les autres, il communiquera mieux.
- Le respect de **l'étiquette**, du cérémonial des **traditions** et l'esprit particulier de la **non violence** caractérisant l'Aïkido permettent au pratiquant d'acquérir des valeurs morales" telles que la politesse, la modestie, la bonté, le courage et la maîtrise de soi". Le cérémonial, l'étiquette enseignés en Aïkido conduisent au respect mutuel, à la considération des autres, à l'écoute des autres. Les valeurs ne sont pas enseignées aux élèves par l'endoctrinement ou les menaces, mais simplement par une pratique juste : "un corps droit implique un esprit droit." (Kioshumaru Uieshiba).
- **L'Aïkido rejette** toutes formes de violences qu'elles soient justifiées ou non. Ce que nous proposons et apprenons aux enfants, ce n'est ni la force brutale, ni la violence, mais bien au contraire un entraînement qui leur permettra de construire des êtres capables de diriger leur vie avec confiance, respect et calme. Ainsi nous enseignerons l'Aïkido aux jeunes de telle sorte qu'ils comprennent, ainsi que vous, leurs parents, la finalité de l'Aïkido.
- **A travers cet entraînement** l'enfant apprendra à coordonner ses gestes, le plus naturellement du monde.
- **Il gèrera** plus facilement son espace, sans le rétrécir (pour les uns) sans empiéter sur l'espace des autres (pour d'autres).
- **Le jeune va acquérir** un équilibre physique certain et par conséquent un équilibre mental.

- L'Aïkido lui permettra de mieux canaliser son énergie.
- Son corps se fatiguera sans violence et naturellement.

Chers parents, vous voilà rassurés ; vous n'hésitez plus à nous confier vos jeunes.

Les enfants sont les bienvenus, dès l'âge de 5 ans, chaque mardi de 17h30 heures à 18h45 pour les 5-8 ans et de 17h30 heures à 19 heures 15 pour les 9-13 ans, sous la direction de Philippe RAOUL 2ème dan.

Venez essayer, une simple tenue de sport fera l'affaire.



Les adultes intéressés par cet art martial peuvent venir pratiquer chaque mardi et vendredi soir de 20 heures à 21 heures 30 au palais des sports d'Amnéville, sous la direction de Franco PADDEU 4ème dan.

Durant les travaux de rénovation du palais des sports, les cours auront lieu exceptionnellement au dojo du judo les jeudis à 17h30 pour les enfants et les lundis et jeudis de 20h à 21h30 pour les adultes.

Pour tous renseignements complémentaires :

Philippe RAOUL : 03.87.72.05.04

Philippe.raoul1@tiscali.fr

Franco PADDEU : 06.64.97.09.57

<http://www.aikido-moselle.net/infos/amneville.html>

