

2010

MARCO AIKIDO



Encres : Dominique ALIQUOT, plasticien - sculpteur

1

JANVIER

0

January

L	M	M	J	V	S	D
m	t	w	t	f	s	s
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

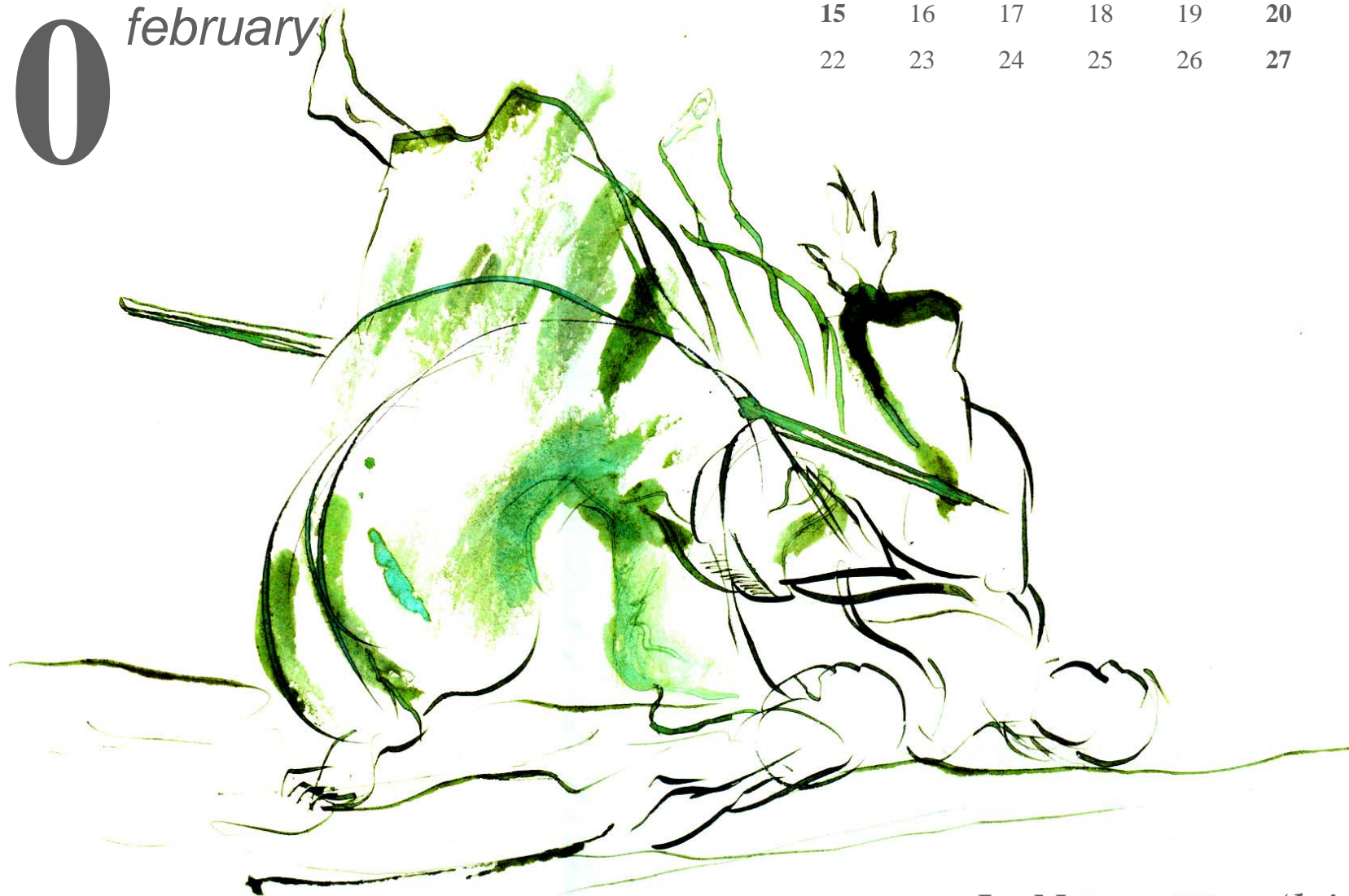


Ikkyo

1 FÉVRIER

0 *february*

L	M	M	J	V	S	D
m	t	w	t	f	s	s
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28



Jo Nage waza (bâton)

1 MARS

0 *March*

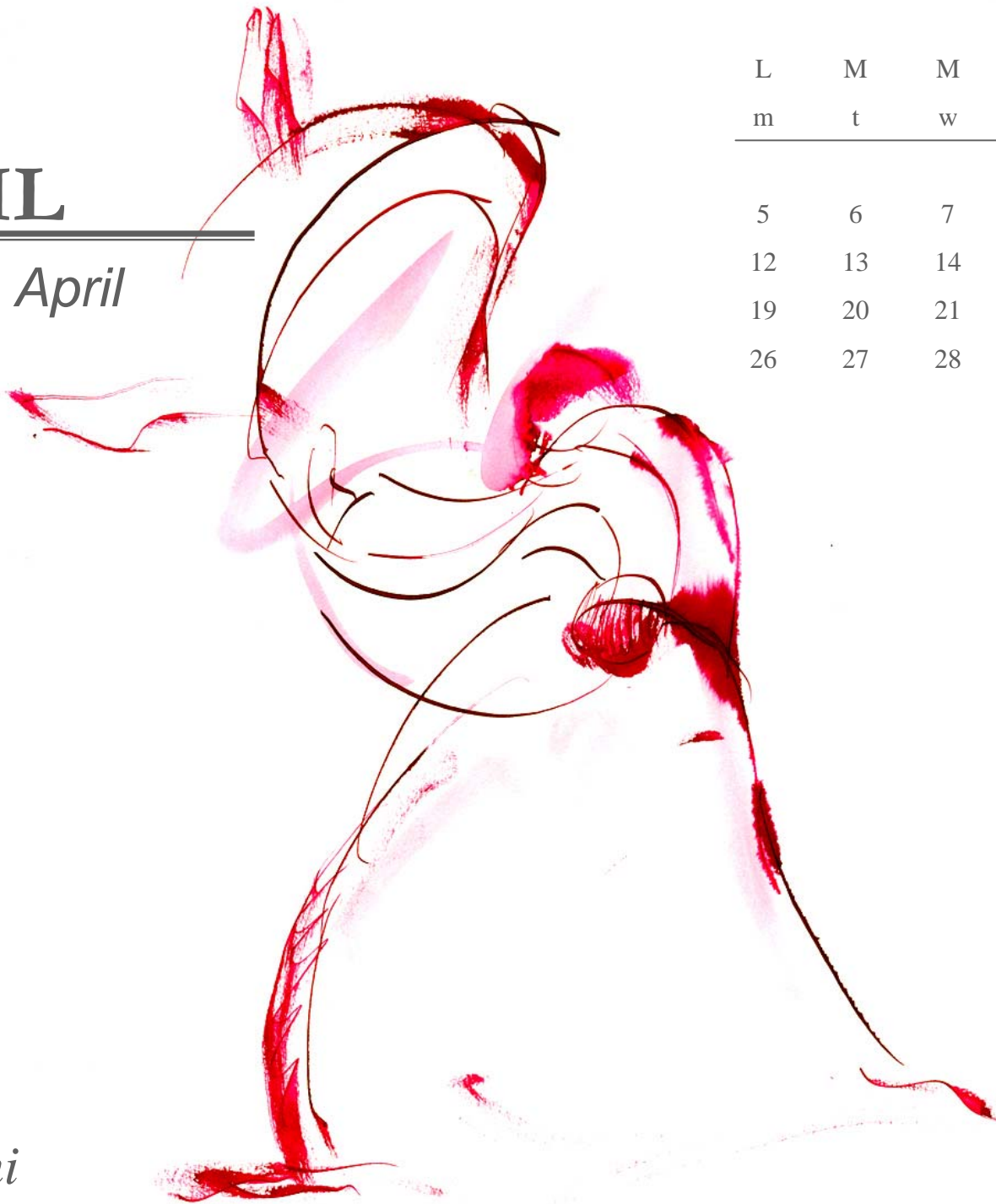
L	M	M	J	V	S	D
m	t	w	t	f	s	s
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



Kokyu nage

1
AVRIL

0 *April*



L	M	M	J	V	S	D
m	t	w	t	f	s	s
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Aikiotoshi

1
MAI

0 May

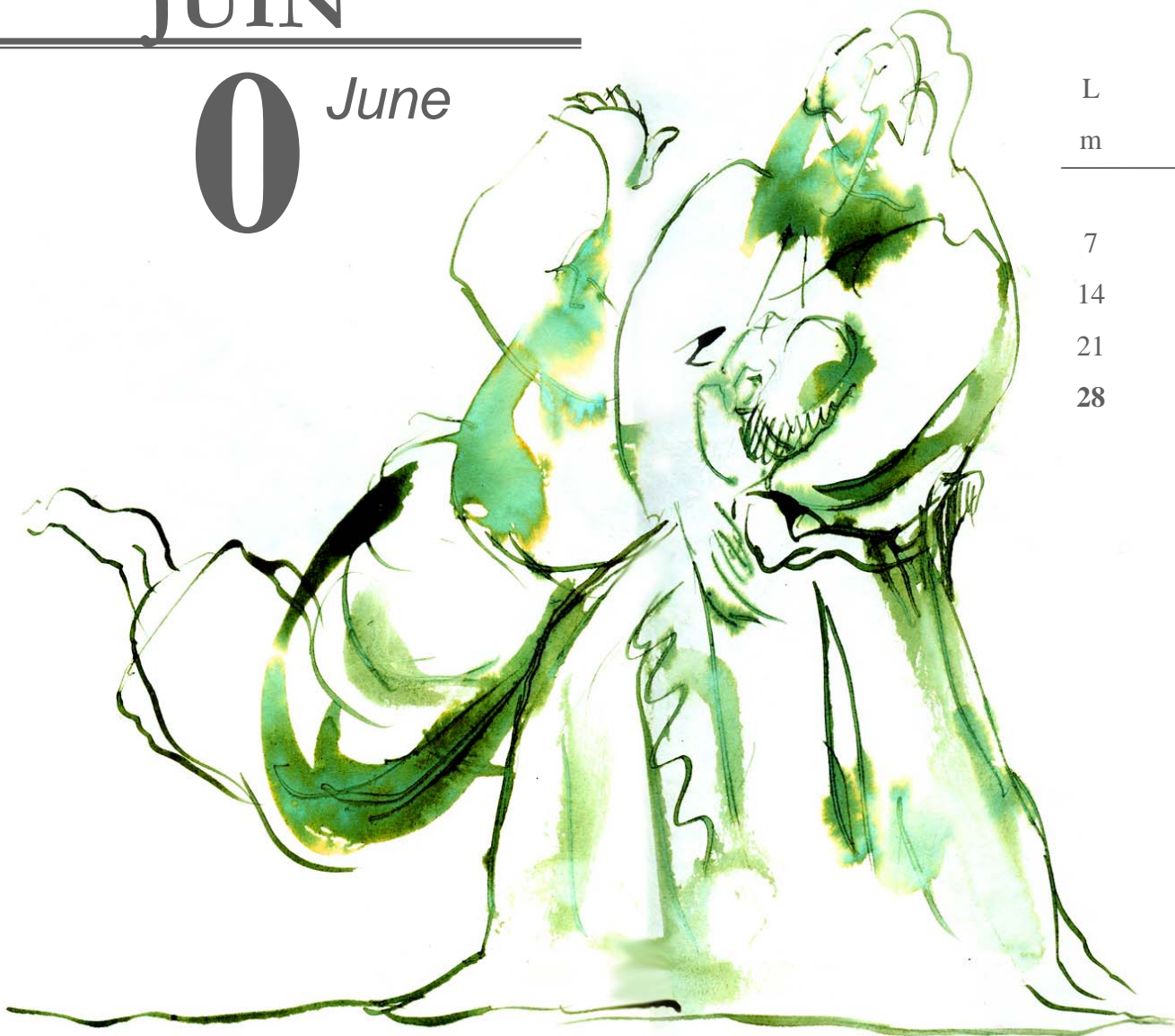


L	M	M	J	V	S	D
m	t	w	t	f	s	s
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Ushiro kiri otoshi

1
JUN

0 June



L	M	M	J	V	S	D
m	t	w	t	f	s	s
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

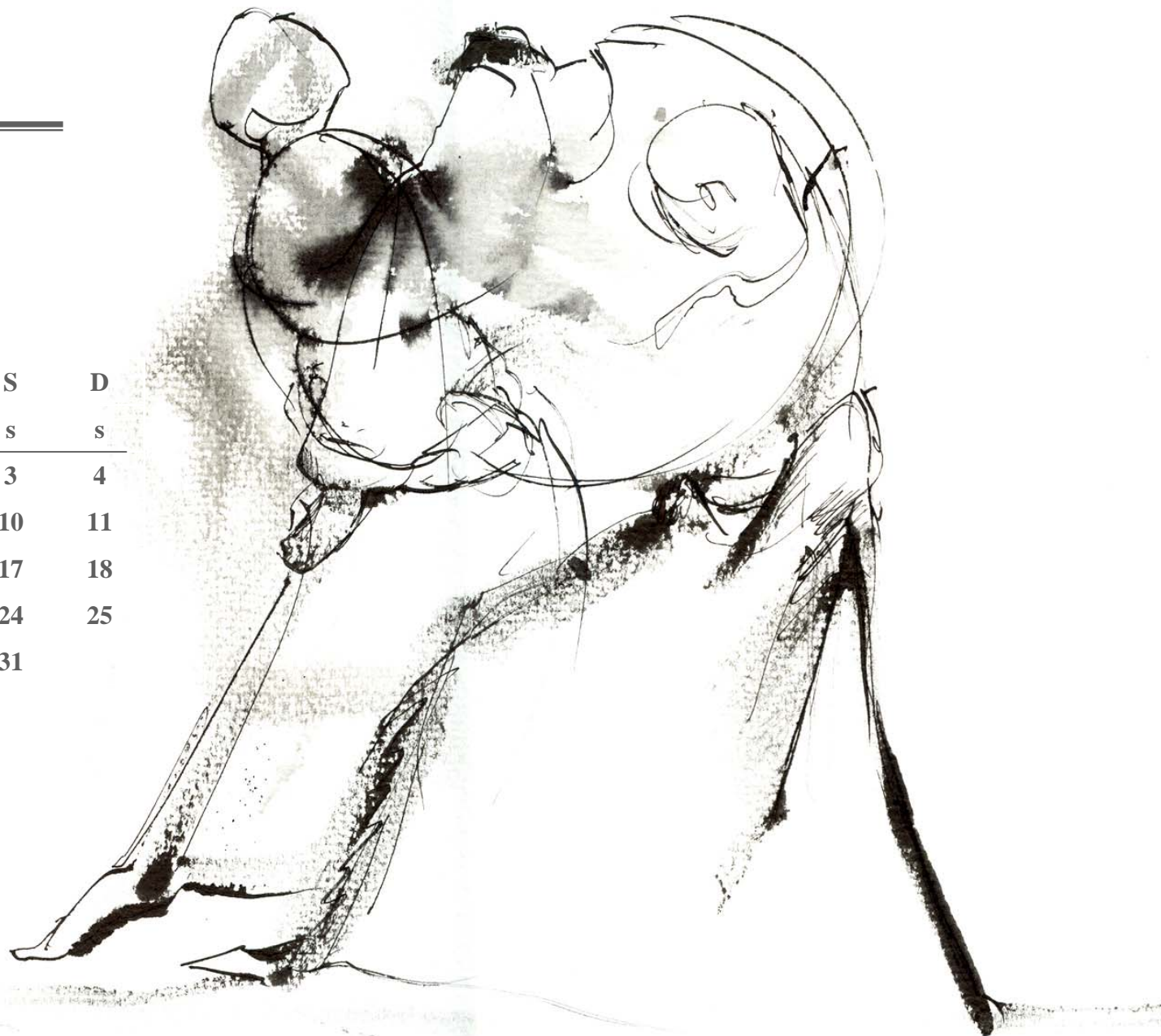
Irimi nage

1 JUILLET

0 July

L	M	M	J	V	S	D
m	t	w	t	f	s	s
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Juji garami



1 AOÛT

0 August



L	M	M	J	V	S	D
m	t	w	t	f	s	s
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Kokyu nage

1 SEPTEMBRE

0 *September*

L	M	M	J	V	S	D
m	t	W	t	f	s	s
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Koshi nage



1 OCTOBRE

0 *October*

L	M	M	J	V	S	D
m	t	w	t	f	s	s
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



Nikkyo

1 NOVEMBRE

0 November

L	M	M	J	V	S	D
m	t	w	t	f	s	s
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



Shihoo nage

1 DÉCEMBRE

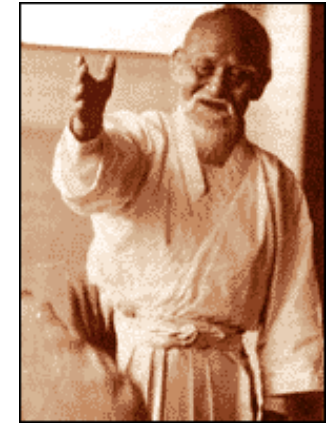
0 *December*

L	M	M	J	V	S	D
m	t	W	t	f	s	s
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Sankyo



L'aïkido en quelques mots.



UESHIBA Morihei

L'**aïkido** est un art martial japonais fondé par Morihei Ueshiba entre 1930 et 1960. Il se compose de techniques avec armes et à mains nues utilisant la force de l'adversaire, ou plutôt son agressivité et sa volonté de nuire. Ces techniques visent non pas à vaincre l'adversaire, mais à réduire sa tentative d'agression à néant.

Le fondateur de l'aïkido ne voulait pas entendre parler de compétition. L'accent est mis sur le développement complet de l'individu. Pendant les cours, les élèves observent l'enseignant faire la démonstration d'une technique et travaillent ensuite avec un partenaire pour la répliquer. Ils améliorent ainsi leur technique et leur compréhension de l'art. Le mouvement, le positionnement, la précision et le rythme sont tous des aspects importants dans l'exécution des techniques.

L'aïkido est pratiqué par des femmes et des hommes de toutes tailles et de tous âges. Le but de la pratique est de s'améliorer, de progresser (techniquement, physiquement et mentalement) dans la bonne humeur.

Nous entretenons cet esprit de convivialité au sein de notre club

Les cours ont lieu tous les

Mardis de 20h à 22h avec Jean-Marie DUPREZ (4^e Dan)

Vendredis de 20h30 à 22h avec François PENIN (4^e Dan)

au Dojo, 11 rue des entrepreneurs

59700 MARCQ-EN-BARŒUL

Vous pouvez nous rejoindre à tout moment de l'année.

Des séances d'essais sont possibles à deux conditions :

se présenter en tenue de sport et disposer d'un certificat médical autorisant la pratique de ce sport



Jean-Luc WELTE

Président du Club

MARCQ AÏKIDO

Dojo, 7 rue des entrepreneurs
59700 MARCQ EN BARŒUL

Contact : info@marcqaikido.com

Site Web : [http:// www.marcqaikido.com](http://www.marcqaikido.com)

MARCO AIKIDO

7 rue des entrepreneurs
59700 MARCQ EN BAROEUL

Contact : info@marcqaikido.com

Site Web : [http:// www.marcqaikido.com](http://www.marcqaikido.com)



Travail au bokken (sabre)

Copyright©2010, Dominique Aliquot, La Madeleine.

Tél : 03.20.51.16.85 ; Courriel : dominique.aliquot@wanadoo.fr ; Internet : www.dominique-aliquot-artiste.com ;

Tous droits de l'auteur des œuvres réservés. Sauf autorisation, la reproduction ainsi que toute utilisation des œuvres autre que la consultation individuelle et privée sont **interdites**. Toute demande d'autorisation pour quelque utilisation que ce soit doit être adressée à adagp@adagp.fr

ou ADAGP : 11, rue Berryer, 75008 PARIS, tel : 01.43.59.09.79, fax : 01.45.63.44.89