

Shobu Aïkido

L'Aïkido est un art martial né au Japon le siècle dernier et dont les racines plongent au cœur des techniques ancestrales des samouraïs. L'Aïkido est une recherche permanente de l'harmonie extérieure et intérieure grâce essentiellement à l'absence de compétition, hormis celle avec soi-même. Le style Iwama ryu que nous pratiquons est plus orienté vers la martialité de L'Aïkido. Le travail des armes (sabre, bâton, couteau), prédominant dans ce style, requiert concentration, précision et maîtrise de soi. C'est aussi le complément idéal pour le travail à mains nues.

Lieu : Gymnase de Saint-Pierre de Lages

Contacts : Bruno Léger (Président) 0534669506 ; contact@aikidolauragais.org ; <http://www.aikidojoulauragais.org>