Un art de vie

Maitrise de soi, harmonie, intelligence collective... Les potentialités offertes par la pratique de l'aïkido semblent sans limite et destinées à améliorer le bien-être de tout un chacun. Alors, on s'y met?

10 novembre 1987
Bientôt 36 années d'existence pour ce club qui a connu une sérieuse baisse de licenciés dans la période post-Covid. Pour remonter cette fâcheuse pente, Lorenzo a été nommé Président. Trois enseignants dispensent les cours. Parmi eux, David Martori, 6ème dan. Un grade assez rare pour être noté et des compétences pédagogiques fort appréciées des clubs de Saintes, Angoulême et Saujon. Pour parfaire cette transmission, le club peut se targuer d'avoir en son sein Hervé Broussard, 4ème dan et Julien Chevalier, 2ème dan.

Dès 5 ans
Un art martial qui agit très positivement chez les enfants dans les domaines de la motricité, de la coordination, la latéralisation et la confiance en soi. A noter que l'aïkido n'est pas tourné vers la compétition, un univers qui rebute souvent certaines têtes blondes et de nombreux adultes. On parle d'art martial, mais cette pratique est sportive et adaptée à tous les âges. Il suffit d'observer les mouvements amples, déliés et les chutes tout en souplesse pour ne pas s'étonner de voir fréquemment des aïkidokas de 80 ans et plus.

Christian Tissier
C'est le nom du maître dont le club saujonnais se revendique. Un héritage porté par la FFAAA, l'une des deux plus importantes fédérations d'Aïkido, qui se veut aussi proche que possible de la discipline pratiquée au Japon. Un outil d'auto-défense visant aussi à la lutte contre le stress, le tout dans une quête d'harmonie générale. Ici, pas d'adversaire mais des partenaires. Chacun progresse à son rythme et choisit de rejoindre ou non une certaine forme de spiritualité entourant cette pratique ancestrale.

L'intelligence
Inhérente ici, l'art vénérable la cultivant et utilisant de façon originale les lois de la physique en s'efforçant de faire apparaître une certaine fluidité, une souplesse dans une recherche d'équilibre parfait. Un mode de vie dans son ensemble pour ses plus fervents pratiquants, tous dignitaires de Morihei Ueshiba, fondateur de l'aïkido, qu'il décrit comme une synthèse des arts qu'il a pratiqués, le jujitsu et l'escrime notamment.

P. Ascone

Où & quand?

- **4 bis rue Jules Ravet, Saujon**
- **Le mercredi, 15h à 15h45 pour les 5 à 9 ans ; 14h à 15h pour les 10 ans et + ; le lundi, 16h30 à 18h pour les ados et les adultes ; les lundis et jeudis de 20h30 à 22h pour les adultes.**

On le note:

Forum des Assos de Saujon à la Taillée le samedi 9 septembre / Portes ouvertes le dimanche 10 septembre de 10h à 18h.

Lorenzo Diosdado Alfonso

J'AIME... J'AIME PAS !

Une prise? Kote Gaeshi
Qualité: dynamique
Défaut: perfectionniste
Humain préféré: ma femme
Réincarnation? En Arbre
Magazine préféré: Auto Plus
Resto préféré: L'Auberge du Moulin, Saujon
Dieu? Oui
Livre de chevet: L'Aïkido: Enseignements Secrets, M. Ueshiba
Whisky ou Perrier? Perrier
De gauche ou de droite? Gauche
Statut: marié, 2 enfants
Age: 48 ans
J'habite: Médis

Contact: 06 86 28 76 08