

## LE BREUIL : Reprise des cours d'aïkido, une exploration intérieure et extérieure

Lu 364 fois

05/11/2019 08:00

---



Avec comme prochaine échéance hors du dojo, le stage organisé à Blanzky au profit des Restos du Coeur.

Les cours d'aïkido au dojo du Breuil ont repris lundi 4 novembre.

Après un accueil et plusieurs séances d'initiations à cet art japonais, les inscrits vont maintenant explorer leur discipline à travers les rencontres proposées dans d'autres dojos, avec d'autres professeurs. Évidemment, pour les néophytes qui découvrent à peine cette activité basée sur la non-violence, il peut sembler précipité de s'aventurer à l'extérieur de leur lieu d'apprentissage... C'est sans compter le fait qu'un stage n'est autre qu'un cours à travers lequel les mêmes principes s'appliquent, c'est-à-dire que les anciens invitent les nouveaux afin d'accompagner à sa juste mesure la situation d'étude proposée par le maître. Ainsi, il n'est aucunement nécessaire d'avoir acquis un certain niveau de compétence pour sortir pratiquer l'aïkido en dehors de son tatami de référence. De surcroît, changer de terrain permet de percevoir nos propres repères intériorisés. « Suis-je tout aussi à l'aise dans l'espace lorsque j'exécute une technique dans un environnement moins familier ? » ; « L'exercice est-il aussi fluide lorsque je le ressens avec un partenaire inconnu ? » ; « Est-ce que je parcours la même recherche lorsque je change d'animateur ? ». La participation aux rencontres disponibles pendant la saison offriront l'opportunité d'apporter

une forme de réponse à ses différentes questions.

Et pour commencer dans cet élan, le premier événement sera très proche. En effet, Kader Bentata inspirera sa générosité lors du stage au profit des Restos du Cœur à Blanzly, le samedi 16 novembre prochain.

Plus d'infos 06 23 26 81 26 et [www.aikidoblebreuil.com](http://www.aikidoblebreuil.com)

**AIKIDO** 

**Kader BENTATA Sensei**

Cours au profit des  
**Restos du Cœur**

Samedi  
**16 NOV 2019**

Salle des sports de la Verrerie - 71450 BLANZLY  
De 16h à 19h - 15€ - 06 87 31 21 39

[www.aikidomontceaublansy.com](http://www.aikidomontceaublansy.com)

 