

AÏKIRYU

L'aïkiryu est un art martial contemporain issu de l'aïkido inspiré par maître KOBAYASHI Hirokazu, élève de O Sensei UESHIBA Morihei, fondateur de l'aïkido.

Les notions d'intégration du partenaire, d'harmonie à la vie et à la réalité de l'instant, de conflit créateur comme source d'énergie sont les principes de base de la pratique et de la recherche au sein de l'école.

L'enseignement conjugue une pratique interne (aïkiryu-taïso), une pratique à mains nues (aïkitaï), une pratique du sabre de bois (aïkiken) et une pratique du bâton (aïkijo).

AÏKIRYU-TAÏSO

Pratique interne issue de l'aïkido, l'aïkiryu-taïso comprend un ensemble de postures statiques, d'exercices de méditation, de marches, d'enchaînements de mouvements.

Prendre conscience de notre corps, mémoire vivante de notre vécu, nous permet de mieux comprendre la relation corps/esprit et de vivre plus en harmonie avec notre environnement.

Gymnase Jean-Marc Boivin
route de Dijon
21800 Chevigny St Sauveur

et

Espace Liberté
(derrière la Poste)
21800 Chevigny St Sauveur

**Cours d'essai gratuits
toute l'année**

site : www.aacs.asso.fr

e-mail : info.aacs@free.fr

06 88 48 03 28 ou 03 80 46 99 26

Aïkiryu Aïkiryu-Taïso

Saison 2011 - 2012

Aikido
ART MARTIAL DE PAIX



Académie d'Aïkiryu de
Chevigny Saint Sauveur

site : www.aacs.asso.fr

e-mail : info.aacs@free.fr

06 88 48 03 28 ou 03 80 46 99 26



Aïkiryu

Gymnase Boivin

Adultes

- Mardi 20h15 – 21h45
- Mardi 21h45 – 22h45 (anciens)
- Vendredi 19h30–20h30 (armes)
(une semaine sur deux)
- Vendredi 20h45 – 22h15

Jeunes (9 – 15 ans)

- Mercredi 17h30 – 18h45

Equipement

Pour débiter, un vêtement souple suffit

- Dogi (kimono blanc)
- Ceinture blanche
- Zori (tongs)
- Jo (bâton de bois)

Pièces à fournir

- une fiche d'inscription remplie
- un certificat médical
- une autorisation parentale pour les mineurs
- une autorisation droit à l'image
- une adresse électronique ou deux enveloppes timbrées, à votre adresse



Aïkiryu–Taïso

Horaires

- Mercredi 19h30–20h30 (Espace Liberté)
- Vendredi 19h30–20h30 (Gymnase Boivin)
(une semaine sur deux)

Equipement

Pour débiter, un vêtement souple suffit

- Dogi (kimono blanc)
- Ceinture blanche
- Zori (tongs)

Tarifs		
	Plein	Réduit*
Licence F.AAGE	37 €	21 €
Cotisation AACS		
Aïkiryu et Aïkiryu–Taïso (5 cours)	160 €	90 €
1 soirée/semaine (2 cours)	110 €	70 €
Aïkiryu–Taïso (2 cours)	100 €	60 €
Cours jeunes	60 €	

* **Licence : 15 ans et moins**
Cotisations AACS : étudiants et demandeurs d'emploi

Possibilité de payer la cotisation AACS en trois fois