



**Accessible
à Tous**

À partir de 7 ans



Un **Art Martial**
dynamique en toute maîtrise.

L'aïkido est une discipline martiale créée dans les années 30 au Japon, par Maître Morihei UESHIBA, qui fut inspiré par les meilleurs maîtres d'arts martiaux de l'époque.

A côté de ce retour aux sources de l'esprit traditionnel du Samouraï, il ouvrit sa pratique à des notions plus modernes : recherche de la paix, fraternité, bien-être et harmonie...

L'Aïkido est :

- un **art de vivre**,
- une **philosophie**,
- une **technique de combat efficace**

La compétition n'existe pas en aïkido, donc pas de rivalité, les résultats pour chacun sont à la hauteur de son propre investissement.

L'aïkido se pratique à mains nues, avec des armes.

**Canaliser, guider la force de l'adversaire
sans créer d'opposition.**



Dojo de Rombas
Complexe Sportif Julie Daubié
Rue Maréchal Joffre
57120 Rombas

Dojo de Clouange
Complexe Sportif
Rue Jean Burger
57185 Clouange



Aikido-Rombas-Clouange.fr



www.facebook.com/AikidoClouangeRombas



aikido.rombas.clouange@gmail.com



06 32 02 10 79



Agrément Jeunesse et Sports
Reconnue d'utilité publique

www.ffabaikido.fr



Enfants

Adolescents

AÏKIDO 
ROMBAS - CLOUANGE

Jeunes



Un Art Martial pour Tous

Association Agréée par Jeunesse et Sport
Reconnue d'utilité publique



Des Valeurs éducatives

Développer son
Corps et son Esprit

Non-Violence
Partage et Harmonie
Dépassement de Soi
Concentration
Respect
Courage
Self-control



Le travail souple et dynamique que propose l'Aïkido est adapté aux jeunes et favorise un épanouissement complet.

Les valeurs de cette discipline participent à l'éducation des enfants et des ados. Le dojo est la porte d'entrée de toutes ces richesses.

Dès le départ, le jeune trouve sa place dans le groupe. Au travers des règles de pratique, il apprend à se respecter lui-même et à respecter les autres.

Muriel ROULLET,
3° Dan Brevet Fédéral



Dans l'esprit de l'Aïkido, il n'y a pas de compétition.

La recherche constante d'unité, d'harmonisation, la fluidité dans le mouvement développent chez le jeune pratiquant la capacité à se mobiliser face à une attaque sans force, ni violence, de manière calme et mesurée.

Un Art Martial

accessible à tous

Dans lequel, il règne la convivialité et la camaraderie, où, les garçons et les filles travaillent selon leurs possibilités, à leur rythme.

À partir de 7 ans



Enfants

Rombas

Lundi
18h00-19h15

Cours thématique
selon planning:
anciens, armes

Mercredi
17h45-19h00

Cours pour tous

Muriel ROULLET,
3° Dan Brevet Fédéral



7-12 ans 100 €



Adolescents

Accès aux
cours Enfants
et Adultes



Cours Adultes

Rombas

Lundi* - Jeudi
19h30-21h30

*Tous les lundis de septembre,
2° et 4° lundis du mois
à partir d'octobre.

Clouange

Lundi ** - Mercredi
19h30-21h30

**2° et 4° lundis du mois
à partir d'octobre.

13-17 ans 120 €

Association Agréée par Jeunesse et Sport
Reconnue d'utilité publique

PASS SPORT