

# AÏKIDO

Enfants à partir de 9 ans et adultes

L'Aïkido est, au plein sens du terme, une éducation du physique et du mental par la pratique d'un art martial traditionnel japonais. Son principe d'action consiste à unifier l'énergie de l'attaque et de la défense via la projection ou le contrôle de l'un des partenaires. Sans titre ni compétition, l'Aïkido est praticable par tous. Dans le respect de la tradition martiale japonaise, nos cours d'armes proposent le Kenjutsu de l'école Katori Shintô ryu (escrime avec sabre en bois ou bokken) ou le Jôdo, de l'école Shinto Musô ryu (escrime au bâton accessible à tous également).

## HORAIRES



Palais des sports  
Marcel-Cerdan  
(Salle Jean-de-  
Herdt)



Palais des sports  
Gabriel-Péri  
(Salle Jean-Luc  
Rougé)



Gymnase  
Jean-Philippe-  
Gatien

## Division jeunes

- > Niveau 3, nés de 2014 à 2016 : le mardi de 18h à 19h ●
- > Niveau 2, nés de 2011 à 2013 : le jeudi de 18h30 à 19h30 ●
- > Niveau 1, nés en 2009 et 2010 : le jeudi de 18h30 à 19h30 ●

Selon convenance, les plus de quinze ans peuvent intégrer directement la division adulte.

## Division adultes

- > Aïkido tous niveaux : le mardi de 20h30 à 22h et le jeudi de 19h30 à 21h ●
- > Expression avancée (niveau accessible par promotion interne) : le lundi de 19h30 à 21h ● et le jeudi de 21h à 22h30 ●

## Cours de synthèse

- > Tous niveaux : le samedi de 14h30 à 16h ●

## Cours d'armes

- > Cours d'armes Katori adultes débutants ou un an de pratique : le vendredi de 19h30 à 20h30 ●
- > Cours d'armes Katori adultes confirmés accessible par promotion interne : le vendredi de 20h30 à 22h15 ●
- > Cours d'armes Jôdo ouvert à tous : le lundi de 21h à 22h15 ●, le samedi de 13h à 14h30 ●

Les cours d'armes sont ouverts aux débutants sur toute l'année, adultes et à partir de 17 ans.

La régularité dans la pratique assure la progression.

## CONTACTS

Présidente : Corinne Meyssonnier

● Permanence aux heures des cours.

✉ aikido@levallois-sporting-club.fr

🌐 <https://levallois-sporting-club.com/aikido/>



© Nicolas Sebag

## ADHÉSIONS (licence fédérale comprise)

- > Division jeunes, nés de 2011 à 2016 : 260€
- > Division jeunes, nés de 2009 à 2010 : 275€
- > Division adultes, nés en 2008 et avant : 325€ pour deux entraînements par semaine + cours modulaires.
- > Cours d'armes uniquement, nés en 2008 et avant : 245€ pour 3 entraînements par semaine.
- > Aïkido + cours d'armes, nés en 2008 et avant : 345€



## ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

Kimono et ceinture blanche. Pour le premier cours le survêtement est accepté.



## À SAVOIR

Année sportive : du lundi 8 septembre 2025 pour les adultes et lundi 15 septembre 2025 pour la division jeunes au samedi 27 juin 2026.