



N°35

octobre 2012

Éditorial

Bonjour !

Comme de bien entendu notre actualité reste chargée et personne ne s'en plaindra ! Notez que le **prochain cours du dimanche matin** aura lieu ce dimanche 21 octobre de 9h à 11h.

On enchaînera ensuite avec le **prochain stage de Michel ERB** (5^e Dan Aïkikai de Tokyo) qui aura lieu les 27 et 28 octobre (Cf. détails ci-dessous). C'est toujours un grand rendez-vous à ne pas manquer, ouverts aux tout débutants comme aux avancés.

à bon entendeur salut et...

à bientôt, sur le tatami !
Dominique



Tout savoir sur les [inscriptions](#) et les [conditions](#) ;

Pensez aussi à vous inscrire [comme membre](#) sur le site de Marcq Aïkido ;

ainsi qu'à [la lettre d'information électronique](#) pour être les premiers informés des actualités de votre club.



Nouveau dépliant :



Si comme nous vous prenez plaisir à pratiquer l'aïkido, [téléchargez-le](#) et [diffusez-le autour de vous](#).

C'EST NOTÉ !



[Prochains stages de Michel ERB \(5^e Dan Aïkikai de Tokyo\)](#)

Retenez dès à présent ces dates sur vos agendas !

Les prochains stages de Michel ERB au dojo de Marcq-en-Baroeul pour l'année à venir auront lieu :

1. **les samedi 27 et dimanche 28 octobre 2012 :**
Samedi de 14h30 à 17h45 et dimanche de 10h à 13h15
Tarif : 1 cours : 20€, 2 cours : 35€
[Cliquez, téléchargez et imprimez l'affiche](#)
2. **le dimanche 27 janvier 2013**
de 9h à 11h et de 11h à 13h15

Tarif : 1 cours : 15€, 2 cours : 20€

[Cliquez, téléchargez et imprimez l'affiche](#)



Des news publiées sur le site [Marcq Aïkido](#) (entre le 15 septembre et le 15 octobre 2012)

Miscellanées

- [Merci à Philippe et Olivier !](#) un stage de ligue au dojo de Marcq-en-Baroeul animé par Olivier Bury et Philippe Havrez
 - [Le retour de Miamoiselle Haru au Chili](#) (ou comment la pie bavarde a découvert toutes les merveilles des fêtes nationales à Santiago du Chili)
 - [Stage à Lamoura \(Jura\) en 2013 animé par Michel ERB](#) 24,25 et 26 mai 2013 : Une formule intéressante puisque le stage est organisé au sein d'un village de vacances au coeur du jura. Les pratiquants peuvent ainsi opter, s'il le souhaite, pour une inscription où le logement, les petits déjeuners et repas sont compris ainsi que l'accès à l'infrastructure du site (notamment la piscine couverte, les animations du soir, les terrains de pétanque, tir à l'arc...). A programmer rapidement (places limitées): se rapprocher du bureau du club. Le covoiturage peut s'organiser, une voiture est déjà prévue pour ouvrir le convoi...
 - [Informations Club](#) : : Un grand Merci au Club de Tae Kwon do qui nous permet de pratiquer une demie heure de plus le Mardi
 - [Fugace apparition – Salon des Sports 2012 en vidéo](#) : Nous y étions : la preuve !!!
 - [Actualités en Terres du Nord](#).
-



La photo du mois



29 janvier 2010 : 29 janvier 2010 : Tori : Sandrine SIMON, Uke : Christel PRAT ©2010 Photo Cédric CHORT

Existe-t-il un féminin aux mots Tori et Uke ? Faute de le savoir jamais, nous accorderons les choses à la française...

Nous voilà au beau milieu d'une action. La modalité de l'agression ne fait aucun doute. Il s'agit d'une attaque *Ushiro ryote dori* de laquelle Tori (à gauche sur l'image) s'est dégagée. Au point où nous en sommes, nombre de techniques restent possibles, par exemple, en continuant sur sa lancée devant sa partenaire (*Omote*), notamment : *ikkyo*, *sankyo*, *shiho nage*, *kokyu nage*,... mais elle peut aussi en reculant sa jambe gauche et en pivotant à 90° par rapport à sa partenaire réaliser un grand nombre de techniques en passant derrière Uke (*Ura*).

Il faut aussi noter la position des mains de Tori : le *te-gatana* ou "main-sabre".

La "main-sabre", dans son acception la plus large, part de l'extrémité du petit doigt pour finir au niveau du coude, mais elle se limite généralement à la partie de la main comprise entre la base du petit doigt et le poignet. Cette partie du bras est le vecteur du *Kokyu-rokyu*, le souffle-énergie, partant du centre du corps, le *Hara*. Quand il s'accompagne d'un déplacement correct du corps (*Tai-sabaki*), le souffle-énergie est source de puissance, de cette puissance qui est la caractéristique même de l'aïkido. Toutes les techniques de base de l'aïkido font usage de la "main-sabre". Elle compte parmi les secrets des arts d'attaque et de défense.

Ici, - mes partenaires me le pardonnent - les mains de Tori ne sont pas sans rappeler la main des *Playmobils* si commode pour l'emboîtement mécanique à d'autres éléments : la main du corsaire à son sabre d'abordage, le chevalier à sa lance enrubannée, la main du policier à son arme de poing... Cette position constitue la clé de nombre de techniques où la main par le simple jeu des mouvements en vient à se placer tout naturellement par exemple sur le poignet du partenaire.

La main fermée n'invite qu'à une action seulement : frapper ; la main ouverte à demi est ainsi prête à toutes les opportunités.

Mis en texte : Dominique Aliquot



Lettre électronique du Club Marcq Aïkido

Abonnement - Désabonnement

[Abonnez-vous !](#)

[Désabonnement](#)

Mode d'emploi

Diffusez cette lettre à vos connaissances, amis ou amours, en transférant ce message. Vous contribuerez ainsi à faire connaître l'Aïkido, le club et son site.

Il n'est pas nécessaire d'être membre du club pour recevoir régulièrement cette lettre. Une seule obligation pour cela : s'inscrire volontairement en suivant la procédure d'abonnement.



Participez à sa réalisation en proposant textes, billets, avis, points de vue ou photos. Sa vocation est de servir de tribune ouverte à l'attention des membres du club. Il suffit pour cela d'adresser votre texte ou vos photos à [la rédaction en chef](#) qui se chargera de l'intégrer à la prochaine lettre. cette lettre est modérée *a priori* : votre contribution n'apparaîtra qu'après avoir été validée par un membre de la rédaction.

MARCQ AÏKIDO, 7 Rue des Entrepreneurs, 59700 Marcq-en-Baroeul, site internet :
<http://www.marcqaikido.com>