



# Les indispensables du débutant en Aïkido

## L'inscription à Marcq Aïkido

- **Présentation du Club :**  
<http://www.marcqaikido.com/wp-content/uploads/2011/03/plaquette2016-2017.pdf>
- **Bulletin d'inscription 2018-2019 :**  
<http://www.marcqaikido.com/wp-content/uploads/2018/06/Bulletin-dinscription-2018-2019.pdf>

## Pratiquer l'aïkido

- **Guide du débutant** édité par le FFAAA :  
<http://telechargement.ffaaa.com/ffaaa/aikido-ffaaa-guide-debutant.pdf>  
Indispensable pour retrouver les saisies, les frappes et techniques, leurs noms japonais et les techniques exigées pour passer les grades avec succès ainsi que le reishiki ou « étiquette », guide de bonne conduite dans l'enceinte du dojo.
- **Programme des stages de Ligue :**  
<http://aikido-nordpasdecalais.fr/events/categorie/stages-ligue/>  
Publié annuellement et mis à jour sur le site de la Ligue, tous les pratiquants sont les bienvenus quel que soit le niveau. Indispensable pour réserver les dates des stages qui vous intéresseront.
- **Demande de passeport sportif FFAAA :**  
<http://aikido-nordpasdecalais.fr/ressources/pour-les-adherents/>  
Sera exigé lors de vos passages de grade Dan.

## Les lettres d'information électronique de Marcq Aïkido

- **Marcq Aïkido – Lettre d'information électronique :** <http://www.marcqaikido.com/en-savoir/documents/#inter5>

Paraissant le 15 de chaque mois. Normalement, si vous nous avez communiqué votre adresse de courriel, votre inscription ouvre automatiquement votre abonnement à cette lettre. Si vous ne la recevez pas encore, réclmez-là !

## La page Facebook du club

<https://www.facebook.com/MarcqAikido/>

## Les sites Internet :

Pour compléter vos informations

- **Le site du club Marcq Aïkido :**  
<http://www.marcqaikido.com/>
- **Le site de la Ligue d'Aïkido des Hauts-de-France – C.I.D Nord-Pas-de-Calais :**  
<http://aikido-nordpasdecalais.fr/>
- **Le site de la fédération française d'Aïkido, Aïkibudo et affinitaires :**  
<http://www.aikido.com.fr/>