



**N°83**

**septembre 2016**



### **Bonjour**

**On a beau dire, la rentrée à Marcq Aïkido est toujours quelque chose d'émouvant.**

**Bien sûr, il y a les retrouvailles.** Même si certains parmi nous n'ont pas lâché le tatami pour l'ombre d'un parasol et le frais d'un Daïkiri aux bords de flots bleus, c'est toujours un bonheur de se revoir après quelques semaines d'absence.

**Et puis il y a les nouveaux. Tous les nouveaux.**

Commençons par **les participants au cours Enfants**. Une ruche, une nuée, un essaim, un vrombissement attentif et enthousiaste de "petits samourais". Il y a les " anciens ", ceux qui ont déjà une année et quelques chutes derrière eux, les tatoués, les affranchis, et qui passent leur grade ! Et puis, parmi eux, un peu gauches et timides au début, ceux qui débutent et qui très vite vibrent à l'unisson aux instructions de Catherine et Anthony. Les parents observent depuis le banc de touche, médusés et amusés. Y en aura-t-il certains, comme l'année dernière, qui viendront rejoindre le cours adultes sur les bases ?

Et oui ! Simultanément, il y a donc **les adultes du cours sur les bases** mené tambour battant par Grégory. quelques uns sont venus pour essayer. Intrigués par les démonstrations au salon des sports et de la santé ou pour toute autre raison, munis de leur certificat médical, vêtus d'une tenue ample, ils font leurs premiers pas sur le tatami. Premiers pas qui commencent par... l'apprentissage des chutes : chute avant, chute arrière, et déjà leur premier kokyu nage ! Leur apprentissage se fait en panachant les nouveaux aux plus anciens. La bienveillance est de mise et l'enthousiasme au rendez-vous ici aussi comme en témoigne la photo de groupe réalisée à la fin de ce cours de rentrée.

Cerise sur le baba, le Club a eu l'excellente idée d'offrir un pot de bienvenue aux nouveaux à la fin du cours. Non, non, ce n'était pas du rhum !

**Et puis, mais faut-il en parler ? Il y a les absents.** Ceux qui cheminaient à nos côtés l'année dernière et qui ne sont pas là. Nous ne pouvons nous empêcher de penser à eux. Certains ne sont tout simplement pas encore là : après tout ce n'est que le premier cours de la rentrée. Quant aux autres, on se perdrait en conjecture si ceux-ci ne nous adressaient pas comme Léana un message d'amitié donnant la raison de son absence temporaire et renouvelant moralement son adhésion à la pratique de l'Aïkido qu'elle reprendra à son retour en France métropolitaine après son séjour à Mayotte.



*Léana subissant un kokyu hô d'enfer  
lors d'une rencontre cours Adultes-cours Enfants.*

**Franchement, comment ne pas être ému quand on lit sous la plume de Léana des encouragements tels que :**

*" Je tenais à vous remercier car j'ai adoré la pratique de l'aïkido et il est certain que je m'y remettrai en rentrant ! Le club de Marcq est vraiment convivial et les pratiquants très amicaux ! Donc merci beaucoup à tout le monde de m'avoir accompagnée dans la pratique ! Et je suis vraiment désolée de ne pas avoir eu le temps de faire un dernier cours et de vous dire au revoir de vive voix. Je vous souhaite une bonne rentrée ! "*

À toi aussi Léana et à toutes et à tous nous souhaitons une bonne rentrée !!!

À bientôt, sur le tatami !  
Dominique



**Des nouvelles publiées sur le site [Marcq Aïkido](#)  
(entre le 15 août et le 15 septembre 2016)**

- [Un petit mot de Léana : c'est ça aussi l'aïkido !](#), avant son départ pour Mayotte
- [La saison a bien commencé !](#), une photo de groupe pour la rentrée
- [Qui dit que l'aïkido n'est pas pour les femmes ?](#), un focus vidéo sur Hélène Doué et son interview, 5<sup>e</sup> DAN
- [Un salon des sports et de la santé qui a tenu ses promesses !](#), pas moins de 4 000 visiteurs !!!
- [Il n'est pas trop tard pour commencer la saison ! Rendez-vous mardi 19h30 ou vendredi 20h30 au dojo de Marcq !](#)
- [La braderie est annulée mais...Le Salon du sport et de la santé à Marcq le 3 septembre est annoncé !](#)
- [Dora et son nouveau périple : Les îles de la Sonde](#)
- [Le calendrier des stages de Ligue est disponible !](#) (complété avec les stages de Michel ERB à Marcq-en Barœul)



## La photo du mois



### **Passage de grade du 1<sup>er</sup> Dan pour Dora et La Roja :**

Le contre-jour de la scène nous est donné à voir, à nous spectateurs, tandis que la lumière inonde la vision qu'en ont les examinateurs.

La technique est exécutée en Hanmi handachi waza (uke attaque debout tandis que Tori est à genoux), la saisie est katate dori.

Buste droit, la main bien centrée sur elle-même, Dora maîtrise son déplacement en shikko et impose à La Roja de la suivre malgré lui.

- juin 2015 -

©2015 prise de vue Bernard Monfroy



Tout savoir sur les [inscriptions et les conditions](#) sur le site [Marcq Aïkido](#) :

- [Club](#)
- [Horaires](#)
- Tarifs [Adultes](#) et [Enfants](#)
- [Inscriptions](#)

**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.

**Dépliant mis à jour pour la saison 2016-2017 :**



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

---

[Retrouvez le club Marcq Aïkido sur Facebook !](#) .

Page publique sans qu'il soit nécessaire de s'inscrire sur Facebook

---



**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>