



N°46

septembre 2013



Éditorial

Bonjour !

Voilà ! La rentrée s'est bien passée ; les cours ont repris et le *Salon du Sport et de la Santé*

a été un succès.

L'été est derrière nous et nos articulations, après quelques semaines de ramollissement farnientesque, ont déjà repris un peu de leur vigueur et de leur souplesse. La pratique assidue peut désormais commencer.

Comme à chaque début de saison, notre club est fier d'accueillir de nouveaux pratiquants. Nous voulons les mettre à l'honneur dans cette lettre de septembre pour qu'ils sachent d'abord, même si c'est un truisme, que nous en sommes tous passés par là, et ensuite que leurs premiers pas sur le tatami, fussent-ils "tâtonnants", "gourds", "maladroits", "patauds", ou quel que soit le qualificatif par lequel ils imaginent devoir nommer leur entrée en matière, constituent pour les pratiquants un peu plus anciens voire les plus avancés, une contribution irremplaçable à cet apprentissage sans fin qui marque la pratique de l'aïkido. Il s'agit de rien moins que de revenir aux principes de base qui sous-tendent les techniques : déplacements, placements, positions, relation à l'autre, etc., principes que nous avons tendance, une fois l'entraînement engagé dans des techniques plus complexes, à oublier trop souvent. Qu'ils soient donc ici remerciés de nous fournir ainsi, en ce début de saison 2013-2014, une petite mais franche leçon d'humilité !

À bientôt, sur le tatami !
Dominique

C'EST NOTÉ !



Deux stages de Michel Erb sont d'ores et déjà programmés !

Ces stages sont indépendants : si vous manquez le premier vous pouvez venir au second. **Ils**

s'adressent à tous, débutants comme avancés, et constituent toujours un événement marquant dans la saison ainsi que dans l'expérience de ceux qui y participent :

- 1^{er} stage : samedi 19 octobre 2013 (14h30-17h45) et dimanche 20 octobre 2013 (10h -13h15) – 25€ pour un jour, 45€ pour deux jours.
- 2^e stage : dimanche 26 janvier 2014 (9-11h et 11h-13h15) – 15€ pour un cours, 25€ pour deux cours.

Réservez ces dates dès à présent !

Consultez le site de Michel ERB, 5^e Dan FFAAA, 6^e Dan Aïkikai de Tokyo : son parcours, ses vidéos et notamment les plus récentes "Destination Aikido", réalisées au cours de son voyage en Argentine, ainsi que le programme de ses stages pour la saison 2013-2014 : www.michelerb.com



Des news publiées sur le site Marcq Aïkido (entre le 15 août 2013 et le 15 septembre 2013)

- [L'esprit du Zen](#) - libre contribution à un article sur la cérémonie du thé paru dans Aïki Ch'ti N°15
- [On arrête plus le progrès !](#) -



Flashez le QRcode de Marcq Aïkido pour rester branchés en permanence via vos téléphones portables ou vos tablettes !

- [Calendrier des stages de la Ligue du Nord-Pas-de-Calais d'Aïkido](#) - Saison 2013-2014
 - [Le Salon du Sport et de la Santé : arrêt sur images](#)
 - [Rendez-vous au Salon des Sports et de la Santé de Marcq-en-Baroeul le samedi 7 septembre](#)
 - [Retour du Ptit Scarabée](#) quelques photos significatives de son voyage postée par "Petit Scarabée"
 - [Même là-bas, le soleil se lève à l'Est !](#) une vue du mont Fuji postée par "Petit Scarabée"
-



La photo du mois



François Penin (4

Laurent Colas (2

©2013 Photo Dominique

Aliquot

e Dan) et

e Dan)

Salon du Sport et de la Santé de Marcq-en-Baroeul, 7 septembre 2013. La démonstration bat son plein. Le Maître, ou Sensei, vient d'échanger avec son uke, sans ménagement - d'où le regard amusé des autres aikidoka - quelques techniques propres à donner à voir à la fois le caractère esthétique de notre pratique et sa martialité incontestable. Après le salut d'usage entre partenaires qui s'exécute au début et la fin de l'échange, ce sera au tour des autres personnes présentes sur le tatami, assises pour l'instant en seiza, de s'exercer à leur tour.

Le salut en début et en fin de pratique et la position attentive en seiza font partie avec un certain nombre d'autres recommandations et obligations du rituel qui rythme la pratique de l'aïkido, de ce que l'on appelle l'"étiquette", auquel tout un chacun doit se conformer au moment de monter sur le tatami et que les nouveaux arrivants auront à coeur d'apprendre au plus vite. Les us contenus dans l'étiquette règlent la vie de la communauté, les relations entre partenaires mais aussi, ce qui est considérable dans un art martial, garantit la sécurité des uns et des autres.

Texte : Dominique Aliquot



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.**



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

Page publique sans qu'il soit nécessaire d' 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>