

Aïkido Magazine



NOVEMBRE 2018

Édito

MIDI-PYRÉNÉES

Roulade, promesse de vitalité

Roulades, innombrables roulades, combien en avons-nous à notre actif ? Car pas d'aïkido sans roulade ! Le principe essentiel de l'aïkido, le principe d'intégrité physique et psychologie des deux partenaires, rend la roulade indispensable à la pratique tant par sa dynamique corporelle, qui permet à uke de recouvrer son centrage, que par son l'élégance que sa sphéricité lui confère.

Rouler autorise la continuité du mouvement, uke recouvrant autour de son centre l'équilibre que tori lui avait ôté pour, à la fin, restaurer sa verticalité en retrouvant une station debout assertive.

Nous, aikidokas, ne mesurons pas assez l'importance de la roulade dans notre pratique tant nous accordons plus d'importance à la projection ou aux spectaculaires et enlevées chutes feuilles mortes et costales. Or, ces chutes marquent un arrêt brutal à la relation. Elles sont le résultat de perte totale de l'équilibre. Par ailleurs, lorsque l'on chute on tombe et l'on ne se relève pas d'une chute comme d'une roulade.

Ainsi, si la chute symbolise la défaite ou l'échec, la roulade symbolise la perpétuation de la vitalité.

Bien évidemment, la roulade n'est pas plus un effondrement de la structure corporelle qu'elle n'est le fruit d'une

dislocation, c'est-à-dire la rupture de l'ensemble corporel en dispersant ses éléments. Qui a pratiqué ou observé les méthodes d'aïki-jutsu ou de daito ryu a pu relever que les éléments techniques de leur construction, atémis, luxation, balayages ont pour finalité la destruction de l'adversaire. Dans ces cas-là la roulade ne s'impose pas.

Dans les moments difficiles de la vie, chacun cherche à se relever après des passages à vide ou des affectations plus ou moins graves. L'image dynamique de la roulade est souvent invoquée pour soutenir la démarche de notre renaissance.

Les 9 et 10 février, l'événement « les roulades de l'espérance », organisé par le Comité Inter Départemental de Midi-Pyrénées FFAAA en partenariat avec la Ligue Contre le Cancer 31, est l'opportunité, pour chacun d'entre nous, d'offrir de notre énergie en participant aux stages adultes et enfants et au défi roulade, « 1000 roulades contre le cancer ».

La roulade, fidèle amie des aikidokas sera, ces jours-là, au service de patients qui, au cœur de leurs épreuves, pourront s'appuyer sur les activités physiques de santé que nous aurons contribué à financer.

Philippe SALGUES

Entretien avec... Christian Borie

Peux tu nous faire un petit topo rapide sur ton parcours aïki, que les lecteurs te cernent un peu mieux ?

J'ai débuté la pratique des arts martiaux à l'âge de 7 ans avec le judo que j'ai pratiqué de manière intense durant une vingtaine d'années (BE de judo en 1974). Je pratique l'aïkido depuis une quarantaine d'année et j'ai obtenu le BE1 en 1989 puis le BE2 en 2011. Dès le début de ma pratique j'ai décidé de suivre l'enseignement au Dojo de Franck Noël mais j'ai aussi pratiqué les armes de manière approfondie avec Joël Roche. J'enrichis ma pratique avec des techniciens tels Luc Mathevet et Endo Sensei. Il est important pour moi de continuer à pratiquer (à fortiori parce que j'enseigne) aussi plusieurs fois par semaine je vais au Dojo de Franck Noël et participe à de nombreux stages tout au long de l'année et durant l'été.

Je me consacre à l'enseignement de l'aïkido depuis plus de 25 ans et depuis une dizaine d'années j'anime des stages en France ainsi qu'à l'étranger.

J'ai occupé quelques années le poste de secrétaire général de la ligue Midi-Pyrénées, puis de responsable technique, avant d'être nommé DTR et d'intégrer le Collège Technique National. Je considère que la transmission de notre Art doit être développée. Pour cela je m'implique dans la formation initiale et continue des enseignants (animation des écoles des cadres, tutorat BF/BE/DE, CQP, formation BF,

stages fédéraux de formations...) afin que le plus grand nombre acquière des outils pédagogiques et une capacité d'adaptation aux besoins des élèves. J'anime la préparation de grades en Midi-Pyrénées, ainsi que la formation à l'évaluation.

Au niveau fédéral, je suis membre des commissions médicale et « bien être-senior », examinateur de grades Dan et de BF, je fus examinateur de BE (lorsqu'il existait encore).

En tant que DTR Midi-Pyrénées depuis plusieurs années la façon d'aborder la discipline a-t-elle évolué chez les futurs enseignants qui viennent à l'école des cadres ?

Les futurs enseignants qui participent aux sessions d'école des cadres ont actuellement une pratique différente peut être moins diversifiée, moins « plurielle » qu'auparavant. Ils constatent dès leur intégration à l'école des cadres que l'enseignement (la transmission) est une démarche différente de celle de pratiquant. Ils perçoivent rapidement le chemin à parcourir et leurs questionnements les aident à porter un regard analytique sur leurs « habitudes ». Cela les aide également à progresser dans leur pratique. La majorité participent plusieurs années de suite à l'école des cadres avant de s'inscrire dans un cursus diplômant et continuent pour un bon nombre à participer à l'école des cadres, même après

avoir obtenu leur diplôme. Cela participe au foisonnement et à la richesse de l'école des cadres. Je note chez eux un grand enthousiasme à apprendre et à vouloir transmettre cette pratique. C'est aussi un signe évident d'une réelle volonté d'évolution, d'ouverture d'esprit et de partage. Le groupe profite aussi de la participation de brevets d'états expérimentés qui concourent à l'échange et à la qualité des sessions de l'école des cadres.

Peux-tu nous en dire un peu plus sur les formations brevet fédéral ?

La formation du brevet fédéral est une des premières démarches de validation des capacités à enseigner.



Elle se déroule sur 3 week-end et doit être complétée par la participation active à l'école des cadres et/ou à une formation nationale. Un tuteur diplômé accompagne le futur enseignant en l'aidant à préparer et animer des cours au sein de son club. Ces tuteurs sont des enseignants qui participent à l'école des cadres et/ou qui sont toujours en démarche de formation pédagogique continue. Cette formation BF valide des compétences techniques, pédagogiques et administratives.

Quel regard as-tu sur les récentes divergences entre les techniciens et l'administration de la fédération ?

Les techniciens et les administratifs représentent les deux facettes complémentaires de l'organisation fédérale telle que nous la connaissons. La « fédération » a su, jusqu'à présent, mettre en œuvre une dynamique porteuse d'évolution tout en respectant les pluralités de notre discipline. Les techniciens ont un rôle à jouer dans la bonne marche et le développement de la fédération. L'écoute et le respect pourront faire évoluer la situation pour le bien de l'aikido et donc de ses pratiquants. D'aucun disait que nous avons en aikido une nomenclature qui encadre notre discipline, mais que nous avons surtout une nomenclature, que penses-tu de cette réflexion ? La pluralité des « propositions » de pratique au sein de notre fédération démontre que cette nomenclature n'est pas un frein à notre discipline. Elle doit être vue comme un outil, un support à l'expression des valeurs et des principes qui régissent l'Aikido. Le cadre est suffisamment souple pour que chaque enseignant/pratiquant puisse exprimer sa sensibilité et sa personnalité au sein de la pratique. C'est sans doute ce que chacun de nous peut expérimenter en allant voir des enseignants différents. Cette « nomenclature » peut être considérée comme une trame générale de notre pratique. Elle est le support pour expérimenter la mise en œuvre des « valeurs » que véhicule notre discipline.

L'aiki-taiso est une discipline que tu pratiques, peux tu nous informer sur les

éléments essentiels de cette pratique, et que pourrais-tu dire à ces détracteurs ?

L'Aiki-Taiso est une préparation à la pratique de l'Aikido (Taiso en japonais veut dire « gymnastique »). Tous les Sensei japonais ont développé leur propre Taiso sans nous expliquer les raisons du choix de tel ou tel exercice. Ces exercices étaient réalisés pour préparer et renforcer le corps et le mental avant toute pratique martiale.

Les exercices que je propose à Escalquens dans mes cours hebdomadaires sont tous en lien avec la nature de la pratique de l'Aikido et ses principes (ex: assise, ancrage, respiration, verticalité, tension/détente, organisation corporelle, harmonisation...). La pratique se fait seul ou à deux et aussi en utilisant les armes.

Un des éléments essentiels des exercices d'Aiki-Taiso est le développement de la conscience approfondie de chaque geste effectué. Il a une influence/répercussion sur l'ensemble de notre corps et sur l'énergie mise en œuvre.

J'anime un « groupe projet » au sein du Collège Technique National dont l'objectif est de définir les contours de ce que pourrait être l'Aiki-Taiso au sein de la FFAAA.

Cette pratique peut être proposée en tant que telle pour des personnes pratiquant ou pas l'Aikido comme « méthode d'accord avec soi-même ».

Les ligues Midi-Pyrénées et Languedoc-Roussillon ont fusionné, pour toi quelles en sont les avantages et les inconvénients ?

La fusion a créé une entité qui couvre une très grande zone géographique. Les déplacements des pratiquants pour effectuer des stages et/ou des formations sur des grandes distances entraînent des frais et découragent le plus grand nombre.

Compte tenu de ces constats, il reste à mettre en place une organisation régionale qui réponde au besoin de proximité que je ressens sur le terrain et à valoriser notamment les actions des CID actuels qui répondent parfaitement à cet objectif. Cela permettra aussi de

valoriser les ressources locales existantes et à venir. Nous ne devons pas oublier que ce sont les enseignants de chaque club qui individuellement font vivre l'Aikido. Les « organisations » mises en place doivent être à leur service car ils sont les acteurs porteurs de la dynamique et du développement sur le terrain.

Comment vois-tu l'évolution de l'aikido à moyen terme (20/25 ans) en Midi-Pyrénées Languedoc-Roussillon ?

L'Aikido doit trouver les moyens de « médiatiser » les apports qu'il peut avoir au sein de notre société. Notre « visibilité » n'est pas à la hauteur de ce que notre pratique martiale promet comme valeurs tout en étant une pratique physique soutenue et accessible à tous.

De notre capacité à adapter et à mettre en avant une véritable pratique (peut-être plus en accord avec notre discours « d'universalité » de l'Aikido) valorisant les particularités liées aux attentes des différents publics potentiels, dépendra l'avenir de la discipline. Le Collège Technique du CID (CT CID, anciennement CTR) pourra être un des moteurs de la dynamique de cette évolution si chacun de ses membres développe en son sein une bienveillance et un respect des individualités, principes sensés être acquis après de nombreuses années de pratique. La pluralité et la complémentarité du CT CID ainsi constitué sera à même de relever le défi de l'avenir en Midi-Pyrénées par sa représentativité et sa proximité des clubs.

As-tu autre chose à rajouter pour le journal et les lecteurs ?

L'Aikido est une « Voie ». Ses valeurs caractérisées par sa gestuelle et la relation martiale qui en sont le support peut (si on le souhaite) nous aider à cheminer au-delà de la recherche d'une « perfection technique » et/ou d'une « performance physique » vers une évolution personnelle qu'elle soit physique et mentale, durable et plaisante.

Propos recueillis par Jean-Louis Chaudessolle

Entretien avec...

Pierre Marcon



1) Parle nous un peu de ton parcours aiki avant de devenir coordonnateur du Collège Technique Régional Midi-Pyrénées

J'ai commencé l'aikido en 1981 après mon service militaire dans un club de la FFAB à Balma. J'avais 19 ans. Parallèlement je faisais beaucoup de sport en club. J'ai commencé à faire deux cours

d'aikido par semaine, puis mon intérêt pour cette discipline m'a conduit à en faire quotidiennement. J'ai passé les étapes qui m'ont conduit à l'enseignement. Sans le savoir, mon destin fût lié à cet art martial et à m'investir après plusieurs années avec autant d'enthousiasme

2) Quelle est la fonction et quelles sont les ambitions de ce CTR

Le rôle du Collège Technique Régional est tout d'abord un soutien technique pour les professeurs et les clubs qui le souhaitent. Sa création récente est positive et nous devons faire en sorte maintenant de dynamiser nos actions. Pour l'instant je pense que nous ne sommes pas impliqués complètement et que nous nous contentons de faire le minimum. Je garde espoir que nous puissions travailler ensemble de façon plus régulière pour remplir notre mission. Le départ est un peu timide car nous apprenons à nous connaître mais je suis certain que nous avancerons.

3) Avec la fusion récente des deux ligues Midi-Pyrénées et Languedoc-Roussillon, quelle est le devenir du CTR au sein du

Comité interdépartemental ?

Je ne connais pas le devenir du CTR. D'après les récentes discussions qu'il y a eu entre Midi-Pyrénées et Languedoc-Roussillon, le CTR au sein du Comité Interdépartemental gardera son autonomie « pour l'instant ».

4) A plusieurs reprises tu as fait parts de ton inquiétude à faire venir des intervenants extérieurs à la ligue pour les stages validant. Peux tu nous expliquer tes craintes ?

Cette question mérite quelques éclaircissements, car mal interprétée elle peut susciter de la part de certains enseignants de la crainte voir de la colère. Non je ne suis pas hostile à la venue des intervenants extérieurs et de bénéficier de leur expérience, mais il me semble juste qu'après plus de 30 années de pratique pour les gradés de notre ligue, ce ne serait que positif et une forme de reconnaissance de donner la possibilité d'animer un stage validant. Ce n'est à mon sens pas trop demandé. Le niveau on l'a sans conteste, maintenant il serait bon que ceux qui le désirent puissent s'exprimer et partager chaleureusement un bon moment.

Bien entendu, je suis très heureux de faire appel à des intervenants extérieurs, car je reconnais que pour certains c'est leur gagne-pain et il est hors de question de décourager ces professionnels. Donc je propose que nous partagions de façon équitable pour ne pas favoriser toujours les mêmes. J'ai pu constater en discutant avec certains collègues que beaucoup se sentent frustrés et démotivés. De plus, je le dis sans aucune méchanceté, depuis quelque temps je ne vois plus dans les stages la flamme qui brille dans les yeux des intervenants (je sais que ça fait sourire) et je ne ressens plus l'énergie et la volonté véhiculées par les intervenants qui m'ont poussé à m'engager dans cette voie. Je ne parle pas de l'aspect technique uniquement mais du rayonnement et de l'engagement de l'intervenant pour faire passer un message.

5) Pour la saison 2018/2019 quelles sont les objectifs du CTR ?

Pour la saison prochaine, nous allons continuer à travailler ensemble et partager nos points de vue. Nous avons eu la chance de

bénéficier des conseils de Frank NOEL Sensei depuis la création du CTR. On va continuer à profiter de son expérience. Il est indispensable à la réussite de nos projets.

6) Dans un avenir à moyen terme (15/20ans) comment voyez-vous l'évolution de l'aïkido au moins dans notre région ?

Pour l'instant l'aïkido est dans le creux de la vague. Je constate que l'aïkido est encore mal connu en général, et un effort de communication doit être fait pour faire connaître cette pratique plus largement. Mais je suis optimiste, je pense que l'aïkido est inévitablement lié à l'évolution de la société. Je m'explique : l'aïkido n'est pas à la recherche de l'efficacité mais la mission première est de former des hommes libres et non soumis, capables de gérer des situations de façon le plus pacifique possible.

C'est apprendre à s'aimer, et se respecter. Le travail fourni par les enseignants dans notre région portera ses fruits car ils sont pleinement impliqués et motivés dans le développement de la discipline.

7) Veux-tu rajouter quelque chose pour le journal ou les lecteurs ?

Je termine en disant qu'il faut avoir beaucoup de courage et un grain de folie pour enseigner l'aïkido de nos jours. Il faut croire aux valeurs qu'on véhicule, s'entraîner sans cesse, braver toutes les situations pour transmettre. C'est un mal pour un bien. J'ai personnellement eu également des instants dans ma vie très difficiles et j'ai des élèves qui m'ont entouré de leur affection et m'ont permis par leur soutien de remonter la pente rapidement. Pour moi l'aïkido c'est ça : donner de l'amour autour de soi et surtout pour les plus démunis pour qu'ils retrouvent la possibilité de s'aimer et d'aimer les autres. Juste un petit coup de gueule : je termine pour dire que j'en ai assez d'entendre que telle ou telle personne est meilleure que l'autre en aikido. Pour moi il y a ni bon ni mauvais, il n'y a que des pratiquants d'aïkido sans distinction. Et la grande qualité en aikido est de s'adapter à toutes les situations. C'est un véritable défi de travailler ensemble sans préjugés, c'est ce que j'ai essayé de faire toute ma vie.

Pierre Marcon

Propos recueillis par Jean-Louis Chaudessolle

Le Kinomichi, un art Aïki du contact et de la spirale

Le kinomichi est une discipline affinitaire de l'aïkido au sein de la Fédération Française d'Aïkido, d'Aïkibudo et Affinitaires. Il a été créé à Paris par Maître Masamichi Noro en 1979 et s'inscrit dans la tradition du Budō.

- De 1955 à 1961, Maître Masamichi Noro vécut à demeure auprès de Maître Ueshiba comme Uchi-Dechi. Il y suivit une formation intensive puis partira pour la France, missionné en qualité de délégué officiel pour le développement de l'Aïkido en Europe et en Afrique. Il débarque à Marseille le 3 septembre 1961 avec armes et bagages et entame ses tournées et de nombreux stages. Il parvient à créer près de 200 sections en 2 ans (biographie complète sur le site de la KIIA - www.kiia.net).
- Le 4 mai 1966, après un stage à San Remo en Italie, il est victime d'un terrible accident de voiture. Il échappe miraculeusement à la mort mais se retrouve avec un côté paralysé. Il parvient peu à peu à reconstruire son corps meurtri grâce à une pratique intensive de l'Aïkido avec son ami de toujours Maître Assai et aux gymnastiques douces occidentales qu'il découvre 4 ans plus tard et qui lui font prendre conscience de son espace intérieur et de l'axe Terre-Ciel.
- En quoi les gestes techniques, communs aux arts Aïki, se distinguent au Kinomichi par une approche différente du corps et une sensation si particulière du contact avec le partenaire ?
- « Grâce à l'appui que nous trouvons sur terre, nous pouvons mieux nous élever vers le ciel et mieux échanger avec l'autre tout en conservant un équilibre dynamique. Cette harmonie devient naturellement créatrice. Le centre est alors partout. Lorsque vous êtes dans la Cathédrale Notre Dame de Paris, votre regard est attiré vers le haut, vers le ciel. Cette force d'élévation est universelle. » Masamichi Noro Sensei ⁽¹⁾.

« La force
d'élévation est
universelle »

Le Hara (centre énergétique situé dans l'abdomen) qui est mis en avant dans de nombreux arts martiaux japonais est dans le Kinomichi un simple point de passage et non l'origine de la poussée.

Comme l'expliquait souvent Masamichi Noro Sensei, « l'énergie traverse l'arbre sans qu'il y ait un centre. De la terre, elle s'élève vers le ciel ». En conséquence, la poussée part de la Terre vers le Ciel, des pieds vers la tête et les mains, en traversant le Hara, d'où cette force et cette grâce.

Il met ainsi au point des exercices éducatifs (initiation 1) qui étirent en douceur toutes les chaînes musculaires qui s'enroulent et se déroulent telle une vague en suivant leur structures spiralées.

Cette hélice répartit l'effort depuis le repoussé de la plante des pieds, talons décollés, jusqu'aux mains et aux cervicales selon une diagonale terre-ciel stable et ancrée. Elle dissout les tensions et soulage les contraintes articulaires notamment celles si fréquentes de la charnière dorso-lombaire.

Les mouvements de Ciel (ten) et de Terre (chi) sont pratiqués en harmonie et en résonance avec un partenaire conduisant peu à peu à une tranquillité et une ouverture du cœur de plus en plus profonde.

La pratique évolue naturellement vers le dynamisme (initiations 2 à 5) avec un déplacement dans l'espace où les énergies des 2 partenaires s'harmonisent et s'enrichissent mutuellement, pour aboutir à des projections d'autant plus amples.

Au kinomichi, Tori ne cherche pas à faire chuter Uke. Tous deux créent ensemble un espace de rencontre. L'harmonie est dans la présence à l'autre, dans l'écoute mutuelle...

Chacun peut, par l'écoute, découvrir les sensations qui naissent en lui et chez l'autre. Le pratiquant entre alors dans la perception de deux espaces qui se rejoignent, se conjuguent et accomplissent ensemble un même mouvement.

De ce mouvement concerté naît l'harmonie des deux corps, des deux esprits, de la présence en Amour (comme l'a constamment répété Maître Ueshiba).

« Tout est spirale »

Du cercle et de l'axe sort la spirale qui est leur conjonction harmonieuse. La figure de la spirale a inspiré Maître Masamichi Noro qui en a fait un principe de son art. Tous les mouvements qu'ils soient de Ciel et de Terre suivent cette forme.

Par cette figure privilégiée, nous pouvons accueillir le partenaire dans l'esquisse sans l'arrêter ni le contraindre, sans réduire ni remplacer l'expression de sa volonté. Il s'agit pour Tori de trouver dans son propre corps les spirales qui vont amener Uke dans un mouvement juste et lui permettre de sentir les spirales dans son propre corps.

« La spirale c'est tout. Du plus petit au plus grand. De l'atome à l'univers. Lors d'une réception, un astrophysicien célèbre est venu me demander « Qu'est-ce que la spirale, vous le savez bien. Tout progrès, toute évolution vient d'une spirale. Et je l'utilise. » Masamichi Noro Sensei ⁽²⁾.

⁽¹⁾ cité par Georges Charles, fondateur et rédacteur en chef de la revue Tao-Yin

⁽²⁾ cité par Manou Armengaud de la revue Zanshin Magazine

Pierre Rechenmann, enseignant de Kinomichi à Toulouse.

<https://sites.google.com/site/kinomichitoulouse/>



Les arts aïki se mobilisent contre le Cancer les 9 et 10 février 2019

Le CID Midi-Pyrénées de la FFAA se mobilise contre le cancer les 9 et 10 février 2019. L'ensemble des disciplines Aïkido, Aïkibudo et Kinomichi convient tous leurs pratiquants à se mettre au service d'une noble cause : offrir aux patients en rémission la possibilité d'accéder à des activités physiques au sein des locaux de la Ligue Contre le Cancer 31. Les recettes recueillies sont fléchées vers des actions de développement ou des équipements sportifs au service des patients.

Depuis le mois de mars, Jean Pierre Santouil (président), Christian Borie (DTR) et Philippe Salgues (secrétaire général) ont rencontré à plusieurs reprises la Directrice de la Ligue Contre le Cancer 31, Marie-Ange Leophante, et sa responsable de projet, Guillemette Chate-lard. Ces rencontres ont abouti à un solide partenariat qui a débuté à Saint Gaudens le 13 juin lors « du relais pour la vie », s'est poursuivi le 30 septembre lors de la journée « je me ligue contre le cancer » dans le cadre de « septembre rose » et trouvera son point d'orgue le week-end des 9 et 10 février 2019.

Le 13 juin et le 30 septembre, Pierre Renchemann ainsi que Christian Borie accompagné de quelques-uns de leurs élèves ont fait des démonstrations très appréciées respectivement de kinomichi et d'aïkido. Ces présentations ont permis de marquer l'engagement de

nos disciplines dans le cadre de la lutte contre le cancer du sein et de favoriser des temps de partage avec les nombreux participants des différentes courses pédestres organisées par la Ligue Contre le cancer 31

Cependant, l'action la plus passionnante et la plus engagée demeure l'événement « les roulades de l'espérance ». Comme dans « l'érito » le choix des termes « roulades de l'espérance » est expliqué, je n'y reviendrai pas. Je souhaite, seulement, vous présenter l'organisation de ces deux jours au cours desquels les disciplines « aïki » s'associent pour collaborer à un des grands combats de notre temps.

Bien que le format de ces deux journées ne soit pas complètement arrêté, d'ores et déjà les responsables du kinomichi et de l'aïkibudo nous ont assuré de l'organisation de stages le samedi et les responsables de l'Aïkido ont accepté d'organiser un stage enfants le samedi après-midi et un stage adultes validant le dimanche.

Les intervenants animeront bénévolement tous ces stages dont les recettes seront entièrement reversées au bénéfice de la Ligue Contre le Cancer 31.

Mais, grâce chacun d'entre vous, nous irons plus loin en relevant le défi « 1000 roulades

contre le cancer ». Ambassadeurs de cette belle mobilisation, il nous faudra vendre les « 1000 roulades » que nous accomplirons lors de scénographies prévues à la fin de chaque journée.

Le défi adopte le principe bien connu du « tout Km acheté est un Km à faire ». Autant de lots de roulades vendues autant de roulades à faire, autant d'heures d'activité pour ceux qui veulent recouvrer une vitalité que les aléas de l'existence ont mis à distance.

Les membres du groupe de ce projet circuleront dans les clubs afin de mieux vous présenter les modalités de ce défi.

L'AG du 24 novembre consacrera une partie de son temps pour mieux informer.

Et le site du CID nous permettra de suivre chaque fin de semaine l'avancée du défi.

NOUS COMPTONS SUR VOUS
Pour que ce WEEK-END
du **9 et 10 FEVRIER**
à la **MAISON des ARTS MARTIAUX**
de TOULOUSE
Soit **EXCEPTIONNEL !**

Calendrier saison 2018 / 2019

30 SEPTEMBRE	Aïki Taiso Ligue Cancer	Toulouse Argoulets
6 / 7 OCTOBRE	Endo Sensei	Maison des arts martiaux
13 OCTOBRE	Reunion du CTR Reunion du CTR	Dojo de la Roseraie
14 OCTOBRE	Stage CID Languedoc-Roussillon	Carcassonne
11 NOVEMBRE	Stage National Midi-Pyrénées	Joel Roche Tournefeuille
17 / 18 NOVEMBRE	BF Ligue Occitanie	Lezignan-Corbières
24 NOVEMBRE	AG CID Midi-Pyrénées (matin)	Toulouse
24 NOVEMBRE	AG Ligue Occitanie (après-midi)	Narbonne
1 DÉCEMBRE	Ecole des cadres CID Midi-Pyrénées	Escalquens
2 DÉCEMBRE	Prépa grades CID Midi-Pyrénées	Esclaquens
15 DÉCEMBRE	Stage Junior CID Midi-Pyrénées	Delphine Vinsous Cugnaux
16 DÉCEMBRE	Stage CID Midi-Pyrénées/Stage CID LR	Laurent Purrey Cugnaux
12 JANVIER	Ecole des cadres CID Midi-Pyrénées / Stage CID LR	Escalquens
12 / 13 JANVIER	Yamashima Sensei	Gratentour /Tournefeuille
19 JANVIER	Stage Junior Midi-Pyrénées /BF Ligue Occitanie	
20 JANVIER	Stage CID Midi-Pyrénées / BF Ligue Occitanie	Dany Socirat Cugnaux
26 / 27 JANVIER	Formation à l'évaluation CID Midi-Pyrénées	Toulouse
2 FÉVRIER	Examen 1/2 dan CID Midi-Pyrénées	Toulouse
9 / 10 FÉVRIER	Aïkido/Aïkibudo/Kinomichi Ligue Contre le Cancer	Maison des arts martiaux Tlse
16 FÉVRIER	Ecole des cadres CID Midi-Pyrénées	Escalquens
3 MARS	Stage National Occitanie Languedoc-Roussillon	Carcassonne
9 / 10 MARS	Stage CID Languedoc-Roussillon	
16 / 17 MARS	BF Ligue Occitanie	Lezignan-Corbières
24 MARS	Prépa grades CID Midi-Pyrénées/Stage CID LR	Escalquens
30 MARS	Ecole des cadres CID MP	Escalquens
31 MARS	Stage CID Midi-Pyrénées	Alain Verdier Cugnaux
13 AVRIL	Stage Junior Midi-Pyrénées	Khalid Lamine Lieu à définir
19 MAI	Stage National Occitanie Languedoc-Roussillon	Mèze
2 JUIN	Examen 1/2 D CID Midi-Pyrénées/BF Occitanie	Maison des arts martiaux Tlse