

# La saison d'Aïkido a redémarré

## Saint-Étienne-de-Montluc

lundi 14 septembre 2009



« La compétition n'est pas dans l'esprit de l'Aïkido qui se veut une discipline permettant une meilleure maîtrise de soi tout en acquérant une meilleure forme physique », explique Christian Parent président et professeur au sein de l'Aïkido Stéphanois Loire et Sillon et qui ne compte pas moins de 25 ans de pratique. Praticué à mains nues ou avec des armes en bois (bâton, sabre ou couteau) l'aïkido est accessible à tous à partir de 10 ans à 12 ans (en fonction de la morphologie de l'enfant).

Le club stéphanois, créé il y a 12 ans (tout d'abord avec le club de judo puis indépendant depuis 3 ans) compte une dizaine d'adhérents dont une majorité d'adolescents.

Les cours ont repris, chaque vendredi de 20 h 30 à 22 h 15, salle des arts martiaux au complexe sportif de la Guerche et il est toujours possible de s'inscrire (avant les cours) et de pratiquer un cours à l'essai avant de s'engager.

Article paru des Ouest France le 14 septembre 2009 signé de Mme Chantal Noirault