

Trente-cinq enfants et adultes pratiquent l'aïkido

Plouagat - 26 Septembre 2014



Dirigé par Patrick Sauger, le club d'aïkido du Leff, attire de plus en plus d'adeptes. Déjà 10 enfants et 25 adultes ont commencé les cours. « **Notre objectif est différent des autres pratiques d'arts martiaux. Nous refusons la compétition, et la course aux ceintures** ».

L'aïkido est accessible et utile à tous, « **quel que soit l'âge, à partir de 7 ans, le sexe ou la condition physique, chacun pratiquera et évoluera en fonction de ses moyens physiques et de sa motivation** ».

On peut commencer à n'importe quel moment de l'année, le club propose des séances d'essai (tenue et matériel fournis). Patrick va organiser tous les deux mois, des rencontres avec les clubs de Quintin, Plérin.

Il a aussi programmé plusieurs stages pour la saison, le premier en septembre à Plozevet avec Philippe Jacquet, puis en octobre, à Carhaix, avec Alain Perrache. Les cours se déroulent le mardi entre 19 h et 21 h 30. « **On arrive quand on peut** » et le vendredi pour les enfants de 18 h 30 à 18 h 20.

Aïkido du Leff, Patrick Sauger, 44 Saint-Jean du Temple, 22 170 Plélo. aikidoduleff@free.fr, tél. : 06 79 11 90 52