

# L'aïkido Croix-blanche a conquis ses visiteurs lors de ses journées portes ouvertes

Plus d'une trentaine de personnes sont venues à la soirée de découverte de l'aïkido que la section de la Croix-blanche organisait jeudi soir. Après avoir expliqué l'esprit de cet art martial, fait de maîtrise de son esprit et de ses mouvements, le responsable de la section, Joël Roche, par ailleurs directeur technique régional,

s'est livré avec ses aïkidokas à une série de démonstrations, d'abord un contre un, puis avec tous, en décortiquant les différentes techniques, main nue, bâton (jo) et sabre (katana).

## **Envie de recherche**

Il n'y a pas à vrai dire de compétition dans cet art, ni classement, mais avant tout un tra-

vail sur soi : la présence, l'adaptation, la maîtrise de son corps...

La pratique de l'aïkido ne demande pas de condition physique particulière, ni souplesse spectaculaire, ni puissance extraordinaire. La seule qualité qu'il est nécessaire d'avoir ou de découvrir en soi est une « envie de recherche »

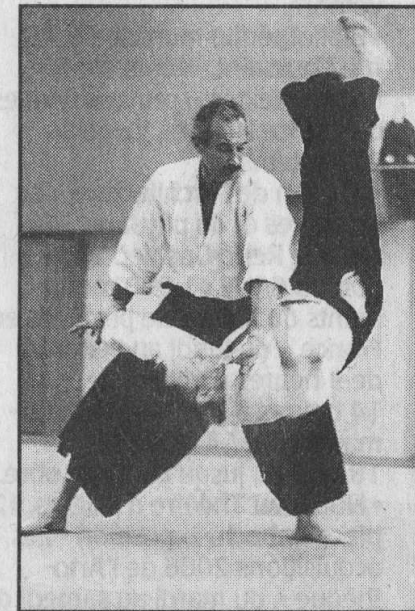
Une vraie découverte, comme le précisait Samuel, un visiteur visiblement conquis. Et de nouvelles adhésions pour le club de Joël Roche.

**Aïkido Croix-blanche :**

**02 41 48 75 66.**

**Site internet :**

**<http://aikido.croixblanche.free.fr>**



*Le directeur technique régional d'aïkido, Joël Roche, s'est livré à d'impressionnantes démonstrations*

Co 19/9/2006