

## AUBANGE



EdA 2016/103

**Cinquième stage d'aïkido des «3 frontières»** Comme chaque année au mois d'août, les clubs d'aïkido d'Aubange, d'Arlon, de Pétange (GDL) et de Longlaville (F) ont organisé leur stage d'aïkido des «3 frontières». Pour cette cinquième organisation, Dominique Pierre (5<sup>e</sup> dan représentait la France), Frédéric Burnay (4<sup>e</sup> dan le Luxembourg) et, Dany Leclerre (7<sup>e</sup> dan la Belgique). Avec plus de 15 heures de pratique d'aïkido sur 400m<sup>2</sup> de tatamis, une quarantaine de stagiaires a pu apprécier le travail au bâton et au sabre ainsi que celui à mains nues. De nombreuses approches méthodologiques ont démontré que l'aïkido pouvait aussi bien se travailler dans le calme et la tranquillité que de façon soutenue et énergique. La position du corps, le déplacement, le moment juste qui est à la base de l'exécution, le placement, la technique du mouvement sans oublier la maîtrise du partenaire lors de la chute furent la base du travail durant ces 3 jours.

► [www.aiki-do.be](http://www.aiki-do.be)

**Le Mercredi 26-08-2009**