

Bonne rentrée
à tous !!!

AOÛT 2014

EDITO

Les vacances sont en cours ou peut-être sur le point de se terminer, et déjà, il nous faut penser à la saison 2014/2015 qui s'annonce.

A partir de la rentrée, Jean-Pierre LAURENT reprendra les cours adultes du mardi, tandis que Claire BEC assurera les cours adultes du vendredi en plus des cours Enfants et Ados. Le bureau s'associe à moi pour lui souhaiter une pleine réussite. Nous aurons également une pensée pour Katia qui a choisi une autre voie, même si le dojo de Cognac reste sa « maison ».

Autre nouveauté, un **cours d'armes** le samedi après-midi dédié aux **enfants** (voir le calendrier sur notre site internet et affichage au club).

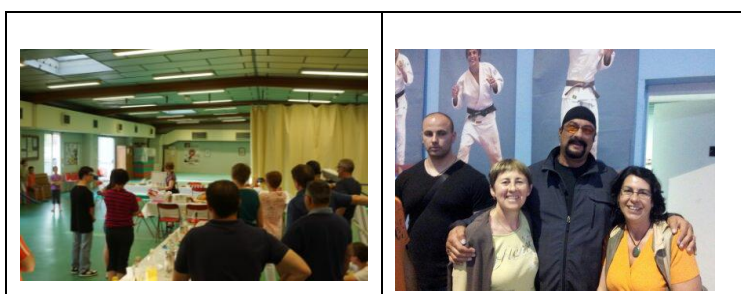
Cette rentrée devrait voir notre dojo doté d'une nouvelle bâche sur les tapis, saluons ici les efforts de la **ville de Cognac** pour cet investissement.

Nous profiterons du **FORUM DES ASSOCIATIONS les 13 et 14 septembre 2014** à l'Espace 3000, pour inviter de nouvelles personnes à découvrir notre art martial. Même si c'est parfois un peu contraignant, je compte sur votre participation active à cet événement. Ça serait quand même dommage d'avoir un beau tatami tout neuf et personne dessus pour l'utiliser.

Au plaisir de vous revoir à partir du **mardi 02 septembre 2014 à 19h30 pour les adultes**.

La Présidente
Myriam Gerbaud

PHOTOS DE L'ETE



A gauche: Pot de fin de saison à la Salle Verte le 17 juin.

A droite: Présence de Steven SEAGAL, 7^e Dan d'Aïkido à Cognac cet été en Juillet.

DATES DE RENTREE

- Le **Mardi 02** septembre 2014 : reprise des Cours **Adultes** de 19h30 à 21h30
- Le **Vendredi 05** septembre 2014 : reprise des Cours **Adultes** de 19h30 à 21h00
- Le **Mardi 09** septembre 2014 : reprise des Cours **Ados** de 18h00 à 19h15
- Le **Vendredi 12** septembre 2014 : reprise des Cours **Enfants** de 18h00 à 19h00



ADMINISTRATIF

Les dossiers d'inscriptions seront à votre disposition dès la rentrée. Pour ceux qui le souhaitent, les documents sont en ligne sur notre site, rubrique téléchargements. Le bureau vous rappelle que pour être assuré, il faut retourner ce dossier le plus rapidement possible. Pensez à vos rendez-vous médicaux (attention la sécurité sociale a décidé de ne plus rembourser ce type de visite).

CALENDRIER DU PROCHAIN TRIMESTE 2014

- Ⓢ **Samedi 13 & dimanche 14 septembre 2014** Forum des Asso – Espace 3000
- Ⓢ **Vendredi 19 septembre 2014** Cours exceptionnel animé par A. VIVIER à 19h30
- Ⓢ **Samedi 20 septembre 2014** Cours d'armes Enfants animé par Claire à 15h00
- Ⓢ **Vendredi 7 novembre 2014** Cours exceptionnel animé par A. VIVIER à 19h30
- Ⓢ **Dimanche 16 novembre 2014** Stage du CD16 animé par F. Noël - Dojo Alcide Gibeau
- Ⓢ **Vendredi 21 novembre 2014** Assemblée Générale (pas de cours adulte) à 19h30
- Ⓢ **Vendredi 12 décembre 2014** Goûter de Noël à 18h30

En l'absence de précisions, les événements se déroulent au Dojo de la Salle Verte.

D'autres stages vous seront proposés dans la saison, le calendrier de la Ligue n'étant pas arrêté au moment où nous éditons. N'hésitez pas à regarder le tableau d'informations au dojo, et à demander si besoin, conseil aux anciens.

Les stages sont l'occasion pour tous, anciens comme débutants, de pratiquer et d'expérimenter vos acquis avec d'autres pratiquants et ainsi progresser.

SITES INTERNET

- Site officiel de Franck Noel :
<http://www.aikido-noel.com>
- Rappel du site internet du club de Cognac :
<http://www.aikido-cognac.org>

LECTURE AÏKIDO & Co

- « S'entraîner avec l'esprit du samouraï » de thomas Cleary *Guy Tredaniel*
- « Do In, la voie de l'énergie » de Anne-Beatrice Leyges *Poche Marabout*
- « Quand la girafe danse avec le chacal » de Serena Rust *Jouvence Editions*

PAROLE A MEDITER

" La neige a fondu.
La forêt respire à nouveau.
Le soleil se réfléchit dans le bassin...
Une fois de plus. "

Lucas Estrella Schultz