



Janvier 2014



Après le passage du Père Noël au Dojo de la Salle Verte, et par la suite parmi tous vos foyers, les petits et les grands ont été gâtés par des cadeaux et des regroupements familiaux où l'on partage ces moments féeriques.

Toute l'équipe du Club d'AïKIDO de Cognac se joint à moi pour vous présenter tous nos voeux de bonheur à l'occasion de cette nouvelle année 2014.

Mais voilà maintenant à très grands pas, le moment de reprendre les différentes activités est arrivé, le chemin de l'école pour les uns ou celui du travail pour les autres.

Je vous souhaite bon courage à tous et à très bientôt sur les tatamis ou autour du tatami.

La Présidente  
Myriam Gerbaud



## REFLEXION



En Aïkido, on utilise le terme de **professeur** et non celui d'entraîneur...pourquoi cette différence d'appellation ? L'entraîneur, selon la définition de Wikipédia est « *une personne chargée de la préparation physique et mentale d'un animal de course, d'un sportif, d'un groupe de sportifs ou d'une équipe. L'entraîneur gère les tactiques, les stratégies, l'entraînement physique et apporte un soutien moral aux sportifs.* »

Alors que le terme de professeur est défini de cette manière : « *profession consistant à enseigner des notions diverses à un groupe d'apprenants.* »

Le professeur d'Aïkido, lui, est défini par sa volonté et son ambition à faire découvrir son art à d'autres, les amener à apprendre à gérer leurs émotions et positions avant même de prétendre gérer, maîtriser ou agir sur l'autre. Le professeur d'aïkido n'enseigne pas des tactiques, des techniques mais bien des principes afin que votre enfant ait suffisamment de « matière » pour accueillir les situations les plus diverses et pouvoir, petit à petit, les gérer par lui-même. A travers l'enseignement de l'Aïkido, c'est bien **l'autonomie** que l'on cherche à faire conquérir à votre enfant.

Le professeur d'Aïkido est plus un éducateur, qu'un entraîneur, il ne cherche pas à faire des champions, des podiums ; il accueille votre enfant comme il est, avec ses qualités, ses difficultés et lui proposera, le temps que votre enfant le souhaitera, de faire un petit bout de chemin à ses côtés.

A Cognac, à chaque cours, Claire est là pour guider vos « petits » sur cette voie, que l'on appelle aussi, chemin de la vie...alors...bonne randonnée à tous !

## ACTIONS

- Le site du club est au TOP donc venez nous faire une petite visite : <http://www.aikido-cognac.org>

## CALENDRIER DE LA SAISON

- le 08 février à Cognac – stage animé par Luc Sorba au dojo
- le mardi 04 mars à Cognac rencontre enfants, ados et adultes animée par Claire
- le samedi 12 avril à Barbezieux - stage animé par Valentin Bouet
- le dimanche 01 juin à Cognac – 2<sup>ème</sup> Rencontre inter générations animée par Alain Vivier au dojo Alcide Gibeaud

## PHOTOS DU DOJO



*Stage inter générations de Noël  
Mardi 17 décembre 2013*

## PAROLE A MEDITER

Bien que n'étant pas un sport d'équipe mais un art singulier, en Aïkido cette citation est reine :

**Quand le « je » est fragile, le « nous » sert de prothèse.**

Boris Cyrulnik extrait de «*Sauve-toi, la vie t'appelle*»<sub>2</sub>

