

Aïkido -.Durant tout le week-end, un stage d'aïkido a rassemblé une trentaine de pratiquants aux Echandes.

Plus que du sport, l'aïkido

La section aïkido du foyer pour la jeunesse et l'éducation populaire (FJEP) de la Métare organise chaque année un stage en plein air. Pour cette édition 2008, une trentaine de pratiquants de toute la région accompagnés de leur famille se sont retrouvés à l'auberge de jeunesse des Echandes pour un moment entre sport et convivialité. Cet art martial mixte importé du Japon ne repose sur aucune compétition car il refuse toute notion de défaite ou de victoire et vise directement à l'épanouissement de chacun. L'intérêt de cette discipline est de défendre et d'adapter son niveau à celui de l'adversaire tout en assurant une certaine maîtrise intérieure. Xavier Bouchet de Saint-Etienne et Nicolas Seguin d'Oullins, tous les deux quatrième Dan ont assuré l'animation de ce stage en plein air. Les participants ont ainsi pu s'exercer à main nue mais aussi au bâton (jo), au sabre (boken) ou au couteau (tanto). Sur le thème de « développer la puissance dans le relâchement », les participants ont pu pratiquer leur sport dans un cadre naturel magnifique tout en passant un week-end convivial d'échanges. Ayant déjà convaincu plus de 60 000 pratiquants en France, l'aïkido peut se pratiquer à tout niveau et repose avant tout sur un échange. A la Métare, plusieurs fois par semaine, les licenciés se retrouvent en salle pour pratiquer cette discipline alliant le sport à d'autres vertues essentielles favorisant le bien-être.



Un bon moment à l'auberge de jeunesse des Echandes.



Les oppositions se font sans gagnant ni perdant.