



S. Maniey et D. Toutain – Auray 2009



Saison 2018-2019



Inter-Dojos – Lannion 2012



Journée des associations Liffré – 2004

## Horaires des cours

Mardi  
20h45 à 22h30  
Tous niveaux Adultes  
Taijutsu (pratique à mains nues)

Jeudi  
18h00 à 19h15  
Cours Enfants/Pré-ados (à partir de 7 ans)

19h15 à 21h00  
Tous niveaux Adultes  
Taijutsu / Buki-waza (pratique des armes)

21h00 à 22h00  
Cours niveaux avancés (3ème kyu et plus)

## Lieu

Dojo Liffréen d'Aïkido  
Complexe Sportif – Avenue Jules Ferry  
35340 LIFFRÉ

Les cours sont dispensés à la Salle d'arts martiaux.

## Coûts d'inscription

Tarif annuel, assurance UFOLEP\* et adhésion comprises

Enfants/Pré-ados	1 cours hebdomadaire	40 €
Ados/Étudiants	1 cours hebdomadaire	70 €
Adultes	1 cours hebdomadaire	86 €
Adultes	2 cours hebdomadaires	152 €

Réduction de 20 € si vous êtes déjà adhérent de l'UFOLEP  
au sein d'une autre association.

\*UFOLEP : Union française des oeuvres laïques d'éducation physique



## Modalités d'inscription

Tenue : Keikogi, obi et zoris  
Certificat médical ou Questionnaire de santé\*\*  
Deux photos d'identité  
Formulaire d'inscription\*\*

\*\*à télécharger sur notre site Internet



Complexe Sportif Jules Ferry – 35340 LIFFRÉ



AÏ : union, unification

KI : énergie vitale

DO : voie, perspective, recherche



## Contacts



[communication.aikido.liffre@gmail.com](mailto:communication.aikido.liffre@gmail.com)



[www.aikidojo.fr/liffre](http://www.aikidojo.fr/liffre)



Dojo Liffréen d'Aïkido

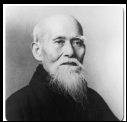
## Notre Dojo



Créé sous l'égide de Daniel TOUTAIN le 23 juin 1995, le Dojo Liffreén d'Aïkido compte aujourd'hui une cinquantaine de pratiquants.

L'enseignement y est dispensé par Serge MANIEY, élève de Daniel TOUTAIN depuis mai 1986.

Le Dojo Liffreén d'Aïkido a pour but de pouvoir à l'enseignement d'un Aïkido traditionnel par l'intermédiaire de l'école de Daniel TOUTAIN dans la lignée de Morihiro SAÏTO Senseï, le tout dans une ambiance martiale ainsi que conviviale. Le respect, la tradition, la loyauté ainsi que la liberté et la fraternité sont le moteur de ce dojo.



L'aïkido est un art martial créé en 1942 par le grand budoka qu'était le fondateur Maître Morihei UESHIBA.

L'aïkido est un subtil mélange de techniques diverses issues de différents arts guerriers japonais. Le génie du fondateur a été de trouver un concept unique entre ces derniers.

L'Aïkido comporte 2 aspects principaux :

- la technique des armes ou buki-waza, comprenant l'Aïkiken et l'Aïkijo
- la technique à mains nues ou taijutsu

En Aïkido, le premier élément fondamental est la solidité et le second est celui de la fluidité, l'harmonisation du mouvement, désignée en japonais par le terme awase.

Une pratique régulière va apporter au fil des ans une meilleure stabilité émotionnelle, un meilleur contrôle de soi, et une meilleure vigilance naturelle.

## Stages

Chaque année, le Dojo organise plusieurs stages dirigés par notre enseignant, Serge Maniey.



Les pratiquants du Dojo de Liffre ont également la possibilité de participer aux différents stages nationaux ou internationaux, avec notamment :

- Daniel Toutain, qui a séjourné régulièrement au Japon dans le dojo du fondateur où l'enseignement était fidèlement préservé.
- Hitohira Saito, fils de Morihiro Saito.



Daniel Toutain



Hitohira Saito

Des rencontres inter-dojos ont lieu au cours de chaque saison, afin de pratiquer sous la direction de divers enseignants.



Inter-dojos Lannion - 2018

Le calendrier des manifestations est disponible sur notre site Internet : [www.aikidojo.fr/liffre](http://www.aikidojo.fr/liffre)

## Quelques photos



Serge Maniey et Hitohira Saito - 2005



Serge Maniey et Daniel Toutain - 2006