

AIKI•GONG

AIKIDO CLUB LUXEMBOURG

2014

JUIN

Derniers cours

Adultes:	Lundi	30.06.14
Enfants:	Jeudi	26.06.14

Schëin Vakanz!



Reprise des cours

Adultes:	Lundi	01.09.14
Enfants:	Jeudi	18.09.14

Dates à retenir !

2014

Stage des 3 Frontières 2014

04/05/06 Juillet B-Aubange
Tissier / Leclerre / Burnay
www.aiki-do.eu

Dany Leclerre

Ve 10.10.14 Coque
Sa 11.10.14 Coque

Miranda Saarentaus

Ve 14.11.14 INS
Sa 15.11.14 INS

Dany Leclerre

Ve 12.12.14 Coque
Sa 13.12.14 Coque

2015

Dany Leclerre

Ve 06.03.15 Coque
Sa 07.03.15 Coque

Ve 23.05.15

Sa 24.05.15 Coque

Lexique

ai	harmonie, unification, amour
aihanmi	saisie d'une main / croisé
aikitaïso	exercices de préparation de base de l'Aikido
aikiotoshi	coupe sur les genoux avec projection
atemi	frappe, coup de poing à des endroits précis du corps
bokken	sabre en bois
budo	voie de la guerre / art martial
budo sishin	esprit art martial
bushi	guerrier / samourai
bushido	code d'honneur des samourai
chudan	niveau moyen
chudantsuki	coup de poing au niveau du plexus
dan	degré, niveau, ceinture noire
do	voie, chemin
dojo	lieu où on étudie la voie, salle de pratique
dori	saisi, attaque
doshu	le maître de la voie, représentant suprême de l'art
dozo	je vous en prie, s'il vous plaît
gedan	niveau inférieur
gi	tenu d'entraînement ("kimono")
giri	coupe
hakama	jupe-culotte, partie des tenues traditionnelles japonaises
hanmi	de côté, de profil
hanmi handachi waza	travail où tori est sur les genoux et uke est debout
hara	centre vital de l'énergie, ventre
henka	changement de posture (sans changer les pieds)
henka waza	travail d'enchaînements, variations
hiji	coude
hiji dori	saisie du coude

iaïdo	la voie du sabre
irimi	entrée directe sur l'adversaire
jo	bâton / 128 cm
jo dori	attaque au bâton (uke)
jo nage	projections avec le bâton (tori)
jodan	niveau supérieur
jodan tsuki	coup de poing au niveau supérieur
joseki	mur d'honneur d'un dojo
ju	souplesse
ju no keiko	travail en souplesse
jyu waza	travail libre
kai	association, groupe, école
kaiten	mouvement giratoire, rotation
kamae	position de garde, posture (base)
kamiza	siège supérieur, place d'honneur du dojo (le portrait du grand maître)
kata	épaule, suite de techniques cataloguées
kata dori	saisie de l'épaule
kata dori men uchi	saisie de l'épaule+une coupe avec la deuxième main
katana	sabre japonais
katate	la main
ken	sabre
ki	énergie cosmique, fluide de la vie
kiai	cri, souffle
kokoro	mentalité, coeur et esprit
kokyu	respiration, force de respiration
kokyu ho	exercice de kokyu
kokyu nage	projection avec la puissance de la respiration
koshi	hanches
koshi nage	projection avec les hanches
kote	poignet
kubi	cou
kubi shime	étranglement par le cou
kumi	groupe
kumi jo	travail avec le jo à deux
kyu	grades décernés avant les grades dan