

# AATCA

Académie d'Aikido de la Côte  
d'Azur

2018 - 2019

**DOJO**  
**Rue Louis Féraud**  
**06610 La Gaude**



Aikido Kobayashi  
Aikishintaiso  
APAT

Enseignante  
Rolande VAN PARYS Sensei  
Sandan DNBK  
06 63 27 87 77 - 04 93 73 71 25  
[rolandevp@aikido-lagaude.fr](mailto:rolandevp@aikido-lagaude.fr)  
[www.aikido-lagaude.fr](http://www.aikido-lagaude.fr)

## Aikido Kobayashi

L'Aikido est un Art Martial  
qui au-delà de l'efficacité permet de  
retrouver:

Sincérité, Échange, Équilibre, Sagesse

Un Art Martial sans compétition  
pour les hommes, les femmes et les enfants  
de tout âge.

**A mains nues Aikijutsu**  
**Avec un Jo Aikijo**  
**Avec un Bokken Aikiken**

### Horaires et Tarifs

**Cours d'initiation enfants :**  
(à partir de 4 ans ½)  
Les Lundis de 17H30 à 18H00  
**36€ le trimestre**

**Cours enfants de 6ans à  
11ans :**  
Les lundis de 18H00 à 19H00  
**63€ le trimestre**

**Cours ados et adultes :**  
Les lundis de 19H00 à 20H30  
Les jeudis de 19H00 à 20H30  
**72€ le trimestre un cours/semaine**  
**90€ le trimestre deux cours/semaine**

**1 Cours d'essai offert**

## Aikishintaiso

L'Aikishintaiso no michi est une discipline  
de développement personnel.

Gymnastique d'harmonisation des énergies

L'individu est sous l'ascendance de 3 flux  
principaux :

Paternel, maternel et individuel

Réduire l'intensité des influences  
transgénérationnelles et Développer le 3ème  
flux Propre à l'être profond

**Pratique de Postures Spécifiques,  
Mouvements et Méditations  
Corps**

**Solidifié Assoupli Energisé Sensibilisé**  
**Toutes ces Capacités sont augmentées  
par la Pratique Régulière**

### Horaires et Tarifs

**Cours adultes :**  
Les Lundis de 20H35 à 22H00  
**80€ le trimestre**

Cette voie ne se résume pas en quelques mots, mais pour  
s'expliquer, on peut dire par exemple que la raideur, qu'elle  
soit physique ou mentale, le manque d'énergie ou encore le  
manque de sensibilité sont des signes de déséquilibres  
internes et externes, des signes de conflits internes intenses.

Ils constituent des freins à l'évolution et à l'épanouissement  
de l'être. Or, il est possible d'agir sur cet état de fait en  
faisant évoluer ces équilibres physiques, physiologiques et  
psychiques actuels vers des équilibres meilleurs pour soi et  
son entourage.



## APAT

### Atelier Personnalisé AIKISHINTAISO

Travail personnel de l'élève

Se pratique à la maison

30 minutes par jour

Un relevé de posture individuel est fait,  
et seront prescrits les postures (environ 3)

Relevé mensuel sur un trimestre, entrecoupé  
d'un espace de 2 mois tous les trimestres  
(période de grand travail).

Les relevés se font au Dojo les lundis en  
même temps que le cours hebdomadaire. Ce  
qui permet aux débutants d'apprendre les  
postures à travailler

**Cours hebdomadaire  
adultes :**

Les Lundis de 20H35 à 22H00  
**80€ le trimestre**  
Ou  
**190€ Annuel »APAT«**



## COURS D'ARMES

**ados et adultes**  
Les mercredis de 17H00 à 18H00  
**40 € le trimestre**  
**Etre muni d'un Jo et d'un  
Bokken en bois**

**Licence Annuelle obligatoire pour  
tous les cours**

**34€** *Enfant jusqu'à 12 ans*  
**54€** *Adolescents et adultes*