



## Venez essayer l'Aïkido, une discipline martiale accessible à tous



L'Aïkido est un art martial qui apporte des réponses réalistes dans des situations d'agression et contribue à votre santé par un entretien physique et une stimulation de vos capacités énergétiques.

Avec des techniques basées notamment sur la non résistance et l'exploitation de la force adverse, il donne des solutions permettant de maîtriser des situations de conflits et renforce la confiance en soi.

Discipline non compétitive, elle est accessible à tous sans considération d'âges, de sexes ou de capacités physiques. On peut commencer la pratique à tout moment de l'année.

Pratiqué dans une ambiance conviviale, il est l'occasion d'échanges enrichissants entre pratiquants de tous horizons.

L'aïkido propose un art de vivre et des techniques de santé qui contribuent à une maîtrise des situations anxiogènes et à un renforcement des défenses.



**Des enseignements dirigés par Jacques FAIVRE Senseï**  
Assisté de ses soto deshi (élèves-professeurs)

### Dojo d'ESSEY les NANCY – Jacques FAIVRE

La Porte Verte 5 rue des Tarbes, 54270 Essey-lès-Nancy

Tous les Vendredis de 20h15 à 22h30

### Dojo de LANEUVEVILLE DEVANT NANCY – Michel Di Martino / Jean-Claude Thiriet

1 rue Lucien Galtier 54 410 Laneuville devant Nancy (près de la Piscine)

Tous les mardis – 19h30/20h30 – 20h30/21H30

### Dojo de JEANDELAINCOURT – Aimé Fousse

Complexe sportif GRILLO GUERINO, rue du Stade JEANDELAINCOURT

Tous les Mercredis – 20h00/21H30

### Dojo de TOMBLAINE – Michel Di Martino

Espace Jean Jaurès 3 avenue de la Paix TOMBLAINE

Tous les mercredis – cours enfants : 15h30/16H30

### Dojo de RICHARDMENIL – Jacques FAIVRE / Toni CHEVRIER

Maison des associations 64, rue de Nancy 54630 Richardménil

Tous les lundis de 18h00 à 20h00

Renseignements  
06 30 80 12 00

Inscriptions toute l'année  
Séances d'essai gratuites

[www.aikido-54-nancy.com](http://www.aikido-54-nancy.com)