



Aikido Kenkyusha

合気道研究者 ②

Deuxième no de notre "Aikido Kenkyusha"

Voilà notre deuxième numéro de l'Aikido Kenkyusha. A la faveur de notre dernière Prépa et EFE Ados qui se sont tenues à Vif, à côté de Grenoble, En marge des cours pratiques, nous nous sommes à nouveau livrés à l'exercice de l'écrit, parfois sous forme ludique, parfois simplement pour raconter, dessiner ou imaginer...
A bientôt sur le tatami !

Visite du musée Champollion de Vif pendant l'EFE et la Prépa Ados de février



Un début dans l'aikido

Bonjour,
Je m'appelle Camille et j'ai 14 ans. Je viens à peine d'intégrer un dojo et un cours hebdomadaire. Plus précisément, je suis arrivée il y a 3 mois, début 2025, donc, il n'y pas très longtemps...
Pendant les vacances, j'ai fait la Prépa EFE Ados. Cela était intensif et une expérience d'apprentissage formidable. Nous sommes arrivés le dimanche soir et repartis le vendredi. J'ai beaucoup aimé les cours d'armes, les copines de chambre, les soirées animées et tous les autres détails.

Pour conclure, cette expérience était à la fois géniale pour l'ambiance et les rencontres ainsi que pour l'apprentissage. Hâte d'y retourner et de vous y voir, chers lecteurs !

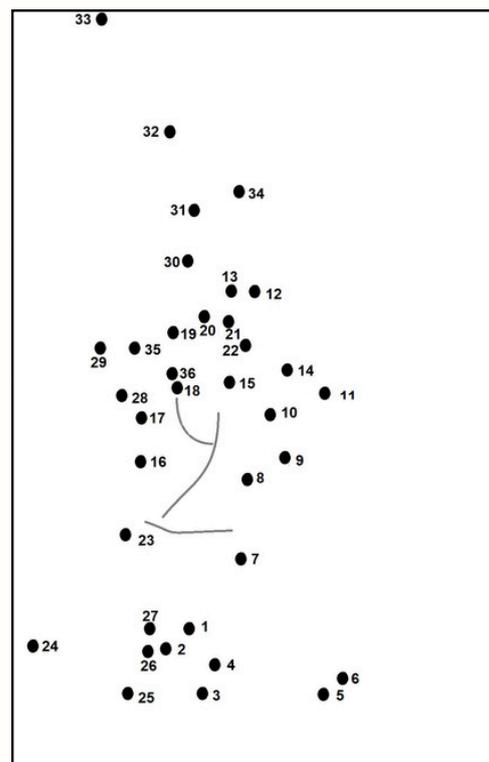
Camille, 14 ans



Effet de l'EFE Ados sur...
mon humeur !



Points à relier
relie les point et découpe le dessin !



Les mots cachés du petit kenkyusha

trouve les mots cachés dans la grille et entoure-les

I	R	O	Z	L	N	U	B	Y	D	O	Z	K
A	Q	W	I	M	B	E	J	O	L	N	T	O
T	F	S	Z	S	T	A	T	A	M	I	B	T
E	J	F	E	E	N	Y	A	Q	U	B	E	E
U	D	M	F	N	C	P	O	W	S	A	U	G
C	T	T	O	F	S	R	D	E	E	H	Q	A
D	A	B	O	H	B	E	F	J	E	L	I	E
N	I	Y	E	A	C	P	I	M	B	D	N	S
U	S	Q	L	B	Z	A	U	O	H	O	H	H
O	O	I	H	A	K	A	M	A	U	E	C	I
J	L	O	T	E	W	M	C	Y	A	B	E	L
B	O	K	E	N	Q	B	D	T	J	Z	T	B

Les 10 mots à chercher:

- Sensei
- Prépa
- Kotegaeshi
- Hakama
- Musée (*)
- Boken
- Zori
- Technique
- Taiso





**STAGE D'ÉTÉ ENFANTS-ADOS DE 3AKH
A EMBRUN, AU BORD DU LAC DE SERRE-PONÇON**



De l'aikido chaque jour
Les enfants et adolescents auront du temps pour pratiquer l'aiki ken et l'aiki jo sous la direction d'enseignants expérimentés de l'Académie Autonome d'Aikido Kobayashi Hirokazu dont Frank Barthélémy et Anne Lebranchu 6e dan.

Activités
En dehors de l'aikido, les élèves auront l'occasion de participer à un véritable stage de voile. Ils navigueront sur des catamarans dirigé par les moniteurs qualifiés du Club Nautique Alpin de Serre-Ponçon.

Un lieu magnifique avec piscine
L'hébergement est prévu au village vacances de Chadenas, dans un grand parc, au bord du lac de Serre-Ponçon. Des chambres confortables en groupe de 2 ou 5 personnes et une piscine seront à notre disposition.

Inscription
650€ (hors trajet - possible en plusieurs fois chez ANCV's - SE - Para Sport - autres modes de pay, nous consulter) [cliquez ici pour effectuer l'inscription de votre enfant](#)
Date limite : 31/05 - places limitées

A.LEBRANCHU 06 71 91 17 45 ou F.BARTHELEMY 06 63 98 54 25 condrieu.aikido@gmail.com

Anecdotes...

Les croissants « court-stillants »

Pendant la Prépa EFE ados, je me lève un matin mais je suis encore un peu endormi. Involontairement, je fais un commentaire au petit déjeuner qui me surprend moi-même : « ...pas très « court-stillants »... les croissants ! »

Bols de riz

Un jour, après 3 heures d'aikido, j'avais tellement faim que j'ai mangé 3 bols de riz d'affilée !

« Escalophobie »

Cela n'est pas drôle mais un jour, ailleurs qu'à l'aikido, j'ai eu un gage qui était de monter et descendre les escaliers à genoux, alors, maintenant, j'ai un peu peur des escaliers...

« Épinardophobie »

Je suis « épinardophobe » depuis tout petit. En Prépa EFE ados, quand le chef nous a servi des épinards, j'ai failli faire un malaise !

Apprentissage éclair de la lecture de l'heure

Cette année, en Prépa EFE ados, notre copain de chambre ne savait pas lire l'heure en se couchant. Le lendemain matin, il a pu lire sur la montre sans erreur. Une révélation ?

Trou de la douche

Fin de la journée. Un de mes camarades de chambre entre dans la douche quand un cri retentit : il y avait un gros trou dans le mur de la douche ! Depuis, j'ai remarqué que plus personne ne traînait sous la douche...

(Sensei nous expliqua par la suite, que c'était une aération dont il manquait simplement la grille.)

Ioaquim, Anjal, Geoffrey, Maxime, Constant, 13 et 14 ans

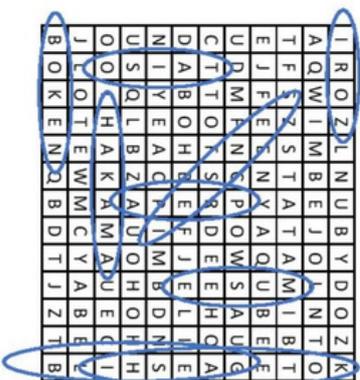
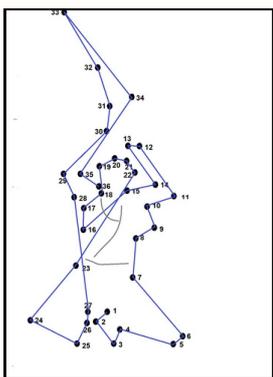


A partir de 8 ans, le stage d'été Enfants Ados !

Frappe dans le vent
L'hiver souffle sur ma face
Rafraichit mes joues
Océane, 16 ans



Les points sont reliés !



Solutions des mots cachés du petit kenkyushu

Mon premier jour de Prépa Ados :

Ce fut une expérience exceptionnelle. En plus, je me suis fait plusieurs potes et voici comment s'est passé mon premier jour :

Vers 7h15, Gonzalez Sensei nous réveille (mais, bon, la prépa est intensive, c'était prévu !).

A 8h30, le premier cours du matin commence. C'est difficile mais au moins, j'apprends de nouvelles techniques.

A 11h45, nous partons manger. La journée est loin d'être finie.



14h10 : on se réunit à nouveau pour 3h d'aikido, comme le matin.

Quand nous terminons les cours, repas et douches. Mais avant de dormir, nous avons un long moment pour s'amuser tous ensemble.

22h : extinction des feux.

Ce que je retiens, c'est que faire la Prépa ados a été génial et que je conseille à tous les nouveaux de la faire car on peut se faire de belles amitiés et notre niveau peut presque doubler, parfois.

Franchement, je ne regrette pas de l'avoir faite !

Zoé 13 ans