

Club de Bonnelles IAIDO

L'art du sabre japonais



Professeur
Jean François Hervet
CN 5^e dan iaido



Dojo de la salle polyvalente de Bonnelles
Cours mardi et jeudi 19h-21h30
Renseignements : 06-86-80-88-76 ou
www.shoyukaniaido.fr

« Si l'on commence à se battre, il faut gagner. Mais se battre n'est pas le but. L'art martial est l'art de la paix. L'art de la paix est le plus difficile. Il faut gagner sans se battre. »

Remontant au 16^e siècle, le terme *iai* désigne des techniques d'escrimes japonaises. A tout instant, elles permettaient aux samourais de dégainer leur *katana* et de couper dans un seul et même mouvement.



Héritier de la voie du sabre, le *iaido* 居合道 est un art martial qui perpétue ces techniques. Union du geste et de l'esprit, il se pratique en série de mouvements précis, les *kata*, effectués au sabre face à des adversaires imaginaires. Le *iaido* est une activité mixte qui peut se pratiquer à partir de 15 ans.

Venez découvrir le *iaido* au Shoyukan de Bonnelles !

居合道

Le *iaido* est une discipline de la FFJDA (Fédération Française du Judo et Disciplines Associées) et du CNK-DR (Comité National Kendo et Disciplines Rattachées)

