

## Tarifs 2026/2027

La carte de l'ALSM est obligatoire.

Tarif -14 ans : **17€** (nés après le 31/08/2012)

Tarif adultes : **21€**

### Adultes

Adultes 95€ + licence FFAB 45€

### Enfants

45€ + licence FFAB 30€



Numéro d'affiliation club : 2.20.27.004



Pour pratiquer l'aïkido, vous devez posséder un certificat médical de non contre-indication à la pratique.



### Contact Alsm



02 32 33 24 25



alsm@orange.fr



Lien de la page internet

### NOS PARTENAIRES INSTITUTIONNELS



## SAISON 2026/2027 AÏKIDO



📍 4 Rue Pierre de Ronsard  
27000 EVREUX



### Contact

Responsable de la section

**Typhaine MARTIN**

07 82 81 17 39  
aikido27@live.fr

## Qu'est ce que l'Aïkido ?

L'aïkido est une discipline physique et morale complète qui permet d'acquérir une parfaite maîtrise de soi en assurant un développement harmonieux du corps. C'est un art martial sans compétition qui utilise des techniques efficaces effectuées sans heurt et visant à contrôler l'adversaire.

- Techniques à mains nues avec un ou plusieurs adversaires, armé(s) ou non
- Techniques au sabre, au bâton
- Techniques de concentration, de respiration

Toutes les techniques visent au contrôle de l'adversaire l'amenant à une chute et/ou une immobilisation. Il s'agit de canaliser le mouvement, la vitesse et la force de l'adversaire, de les utiliser sans rentrer en opposition avec eux.

## Une discipline accessible à tous

"L'Aïki n'est pas une technique pour se battre ou pour défaire l'ennemi. C'est le moyen de réconcilier le monde et de faire de tous les êtres humains les membres d'une même famille."

Maître UESHIBA

## Que veut dire aïkido ?



AÏ = Harmonie  
KI = Energie  
DO = Voie

Chacun peut se conformer à ses possibilités physiques, le but étant précisément de les connaître.

Une telle pratique est donc accessible à tous, homme ou femme, quel que soit l'âge et la pratique sportive antérieure.

## Horaires

### Adultes :

Lundi (Armes)	18H – 19H
Lundi	19H – 20H45
Mardi (Pour tous)	09H30 – 11H
Jeudi (Enfants)	18H – 19H
Jeudi	19H – 20H30
Samedi	09H15 – 11H30

## Où nous trouver ?

Dojo de l'ALSM

📍 4 rue Pierre de Ronsard  
27000 Evreux

