

Gruppo Aikido Insieme

PALESTRA SCUOLA MEDIA LEONARDO DA VINCI

Via Gramsci, 5 - Sant' Ilario D'Enza (RE)

Tel 0522.671838

Giorni: Lunedì e Giovedì / Orari: dalle 19:00 alle 22:00

Corso Adulti: Maestro Dott. Michel Nehme VII ° DAN Direttore
Tecnico Nazionale F.E.S. I .K.

Corso Bambini: Maestro Pasquale Micucci III ° DAN

PALESTRA C.I.D. CENTRO INTERNAZIONALE DANZA

Via Pasubio, 3 - PARMA (PR)

Tel 0521 781770

Giorni: Lunedì e Giovedì / Orari: dalle 20:00 alle 22:00

Corso Adulti: Maestro Massimiliano Furlanetto VI° DAN

PALESTRA PROF. RENZO DEL CHICCA

Via G. Pintor, 1 - PARMA (PR)

Tel 347-1043857

Giorni: Martedì e Venerdì / Orari dalle 19:30 alle 21.00

Corso Adulti: Maestro Flavio Pellicelli VI° DAN

PALAZZETTO DELLO SPORT

Via S.Andrea 5 - CASTELNOVO SOTTO (RE)

Tel 347.8850155

Giorni: Martedì e Giovedì / Orari: dalle 19:00 alle 20:30

Corso Adulti: Maestro Gaspare Giacalone V° DAN

PALESTRA A.S. LANGHIRANO

Piazzale Della Pace, 2 - Pilastro (Langhirano) Parma

Tel 0521 631088 / 329.9448365 / 335.5308226

Giorni: Lunedì e Mercoledì

Orari: dalle 19:00 alle 20:00 Bambini,

dalle 20:00 alle 21 :30 Adulti.

Corso Bambini e Adulti:

Maestro Claudio Pasqualis III ° DAN



www.aikidoinsieme.it



Presso la palestra di S. Ilario d'Enza (RE),
si tengono Stages diretti dal Maestro Dott.
Michel Nehme VII°DAN

a cui partecipano tutte le palestre del gruppo Aikido Insieme.

Gli stages sono aperti a tutti i praticanti di tutte le federazioni,
purchè in possesso di regolare copertura assicurativa
per ulteriori minformazioni visitate il sito www.aikidoinsieme.it

Corsi per bambini e adulti di tutte le età

Non è richiesta nessuna precedente esperienza

E' possibile iniziare il corso in qualsiasi momento

L'allenamento porta al benessere fisico e spirituale



www.aikidoinsieme.it



Organizzazione
Aikidoinsieme



Aikido Insieme

Il Significato di: Aikido

La parola Aikido può essere interpretata sostanzialmente come “la via per raggiungere l'armonia con l'energia vitale e universale”. L'Aikido, infatti, è anche un cammino, un percorso di crescita, di evoluzione, di scoperta di se stessi, di positiva canalizzazione dell'energia, una meditazione in movimento, una disciplina completa dal punto di vista fisico, mentale, e spirituale. Questa arte marziale è caratterizzata da una molteplicità di aspetti che vanno oltre l'autodifesa, come unità, integrazione, coordinamento corpo - mente - spirito, salute fisica, mentale e psicologica, bellezza, grazia, ecc. , un insieme di elementi che ne fanno una disciplina rivolta a tutti, persone di entrambi i sessi e di qualsiasi età. L'Aikido, basato su principi difensivi in risposta ad un attacco, non pone enfasi su aggressività e competitività; non prevede, a differenza di altre discipline, né gare né competizioni, piuttosto guida l'individuo verso stabilità, padronanza di sé, equilibrio interiore, flessibilità, equanimità.

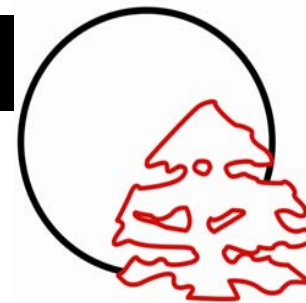
合氣道

Aikido: Arte o Disciplina Marziale?

L'Aikido è sia un'arte che una disciplina marziale : arte come maestria e abilità nella pratica, disciplina come metodo di formazione tecnica, psicofisica, etica. Il termine marziale evoca Marte, dio della guerra, ma è un termine usato attualmente in modo “improprio” in quanto legato ad aspetti bellici, a campi di battaglia, alle radici tecniche dell'Aikido che affondano nel passato tumultuoso del Giappone, ma da collocarsi ai giorni nostri sullo sfondo di valori quali armonia, unione e spiritualità che costituiscono invece la sua primaria fonte di ispirazione. Volendo dare una definizione dell'Aikido si può dire che consiste in un elegante e dinamico metodo di difesa personale finalizzato a neutralizzare con precisa efficacia, mediante leve, blocchi e proiezioni, uno o più aggressori disarmati o armati. Ma non solo; poco più di mezzo secolo fa il suo fondatore Morihei Ueshiba, ha racchiuso nel nome della disciplina molto di più : Ai, armonia – Ki, energia – Do, via.



**AIKIDO
L'ARTE
DEI
SAMURAI**



Difesa personale e non solo

