

## **confinement une nouvelle fois**

### **Dernières actualités du club**

Publié par: Paolo Atzori

Publié le : 01/01/2021 17:48:43

Encore une fois le couperet réglementaire est tombé. Cette fois pas d'esquive en pratiquant les armes en extérieur, pas de cours pour les enfants, pas de projet de randonnée en forêt pour garder un lien...

Non, cette fois, nous remontons le temps pour revenir encore une fois à un confinement/couvre-feu sans aikido. L'Aikido est donc une pratique en pointillé cette année. J'espère sincèrement que ces mesures permettront d'améliorer la situation sanitaire et que nous pourrons enfin nous retrouver dans quelques semaines pour une pratique normale et saine. L'activité physique contribue à réduire les aléas de santé et l'isolement, j'en suis convaincu. Si nous n'avons pas d'autres choix que de nous plier à ces nouvelles règles pour le bien commun, il nous reste la possibilité de pratiquer seuls ou en visio. Bruno a prévu de renouveler les séances d'aikitaiso et vous devriez recevoir un lien pour une séance en visio prévue le 8 novembre. Bien sûr ça ne remplace pas la séance de la vraie vie mais c'est déjà très bien de pouvoir garder le lien qui fait le charme de notre club. Certains professeurs d'aikido ont aussi lancé des séances en live dont vous trouverez des liens sur facebook notamment dans les prochains jours. Promenez vous sur facebook notamment le groupe aikido france ou la page de Laurent Huygue vous trouverez sans des contributions intéressantes pour travailler les déplacements et les postures qu'on peut travailler seuls chez soi pour le plus grand bénéfice du corps. Nous redémarrerons d'autant mieux lors de la reprise. A très bientôt j'espère Paolo