



## laïdō

### I. Crotelles et le laïdō

Sanagi Dōjō est une association Crotelloise qui vous reçoit les mardis et jeudis de 19 :00 à 21 :00 à la salle Ronsard pour vous initier et pratiquer un art martial japonais, le laïdō, utilisant le katana.

### II. Le laïdō, éveil par le sabre

Le laïdō moderne a été codifié récemment, en 1952, et sa pratique s'appuie sur des séries de katas (combats codifiés). Ces derniers permettent d'acquérir entre autres dextérité, synchronisation, tonicité, maîtrise de son corps, ainsi qu'une forme de présence consciente accrue.

Tout en gardant l'esprit martial de ses origines, cette discipline évolue alors vers une approche plus philosophique, où la recherche du geste juste, de vivre pleinement l'instant présent est centrale.

Dépendant du Comité National de Kendō, émanation de la Fédération Française de Judō et Disciplines Associées, le laïdō contemporain est fédérateur.

Les notions de respect de soi et des autres sont, bien entendu, des valeurs fondamentales de cet art martial, mais on peut souligner cette particularité : la recherche exigeante d'écoute attentive de son propre corps, afin de le préserver et de l'utiliser de façon judicieuse.

Cette discipline s'adresse donc à tous, hommes et femmes, de l'âge de quinze ans jusqu'à un âge avancé.



# SANAGI Dōjō

## III. L'encadrement



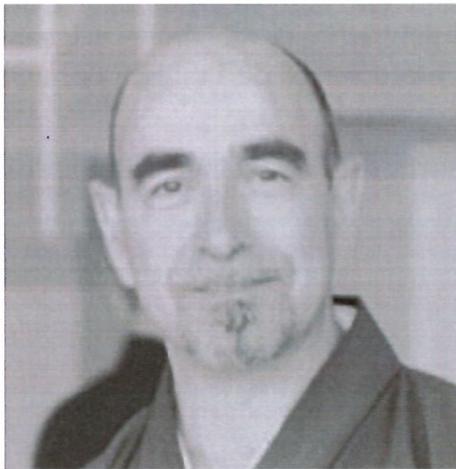
1

### \* **L'enseignante,**

Clémentine Ferreiro, 4<sup>ème</sup> Dan,  
6 fois championne de France  
**2 fois championne d'Europe,**  
Titulaire du CFEB, brevet fédéral délivré par la  
FFJDA.

### \* **Le directeur technique,**

Ramón FERREIRO 5<sup>ème</sup> dan laïdō  
Cadre Technique Fédéral Adjoint  
Arbitre national  
8 fois Champion de France laïdō  
2 fois Vice - Champion d'Europe laïdō  
Licence Staps Apas





Pour 2 cours d'essai possibles une tenue souple est suffisante, le reste vous est prêté.

Renseignements pratiques :

- [www.iaido-tours.com](http://www.iaido-tours.com)
- [contact@iaido-tours.com](mailto:contact@iaido-tours.com)
- 06 07 94 36 97 ou 06 13 31 24 68

