



Certification Aïki Taïso

Création d'une section Aïki Taïso - Avantages

- L'Aïki Taïso est une activité alternative pouvant se pratiquer sans contact.
- Activité complémentaire sport-santé, bien-être, ouvrant droit aux subventions (santé, seniors...).
- Augmentation du nombre de licenciés et des ressources financières des clubs.
- Peut servir de transition vers le cours d'Aïkido.
- Permet aux aïkidokas des sections adultes et seniors d'approfondir ce travail préliminaire.
- Fidélisation des adhérents par une activité complémentaire comprise dans l'inscription initiale.
- Faire recenser la section pour la promotion du club, de la ligue... (voir contact ci-dessous).

Pourquoi un diplôme ?

- Gage de sérieux et de formation auprès du public si on envisage de créer une section Aïki Taïso.
- La certification permet de répondre aux exigences des municipalités et autres structures.
- La certification pourrait intéresser les personnes sensibilisées par l'activité Aïki Taïso.

Pré-requis pour se présenter à l'examen

- ▶ Etre licencié à la FFAB.
 - ▶ Etre enseignant ou assistant d'enseignant dans un club FFAB.
 - ▶ Etre au moins shodan.
 - ▶ S'inscrire et proposer sa candidature à un stage national de la CNAT (voir calendrier fédéral).
- Voir les modalités sur la fiche d'inscription qui est annexée à l'affiche fédérale.

Conditions d'obtention

- ▶ Répondre aux pré-requis précités.
- ▶ Participer au stage national auquel on s'est inscrit pour passer la certification.
- ▶ La certification portera sur la présentation d'une préparation choisie par le candidat parmi des thèmes comme les préparations de Tamura sensei, ou toute autre pouvant être incluse dans une séance Aïki Taïso (liste non exhaustive) :

合

- Ameno-Tori-Fune / Furi-Tama
- Ba-Duan-Jin (de Tamura sensei ou toute autre variante)
- Do-In

氣

- Jikyo-Jutsu
- Série d'étirements (stretching)
- Makko-Ho

体

- Préparations énergétiques (Chi Gong, ...)
- Préparations physiques (renforcement, étirements...)

操

- Préparations avec les armes
- Toute préparation faite seul (tandoku dosa) ou avec partenaire (sotai dosa)
- ...

