

Association Centre de Pratiques du Midi-Pyrénées
Lieu du stage
Dojo : Voies des Hommes
Centre d'art martiaux et de développement personnel
8 rue Gonin 31400 TOULOUSE
06 25 99 68 16 toulouse@aidoi.com

AÏ-DÔÏ, un art pacifiant

Stage d'étude et d'expérimentation :

« L'AÏ-DÔÏ, une autre manière d'agir et d'être pour construire la paix ».

<http://www.aidoi.com/clip-de-presentation.php>

Le fondateur de l'AÏ-DÔÏ, Daniel Lazennec*, qui pratique le Budô depuis plus de quarante ans au Japon et en Europe, transmettra différentes techniques le samedi 22 et le dimanche 23 Octobre, au Dôjo « Voies des Hommes », 8 rue Gonin 31400 TOULOUSE.

Les objectifs sont la transmission de techniques pratiques, la cohérence des paroles et des actes conformément à la dynamique de paix et de non-violence active .

Cinq séances d'étude et d'expérimentation d'une heure et demie se dérouleront selon les thèmes suivant :

- **Rôle des pieds : efficacité anatomique et esprit de mobilité.**
- **Techniques respiratoires et d'attention : sérénité, vigilance, stabilité et puissance.**
- **Etude de la respiration dans la mobilité du corps.**
- **Importance des articulations des membres inférieurs.**
- **Conscience de la colonne vertébrale et précision des gestes.**

Durant ce stage, entre les cours, vous pourrez vous entretenir seul ou en groupe avec le Maître.

Ces deux journées se veulent être des moments de transmission de techniques et de connaissances.

Le Samedi 22 octobre :

10h30 à 12h

Cours ouvert à tous : « le rôle des pieds, leur contact avec la terre et leur positionnement: efficacité anatomique et esprit de mobilité ».

15h à 16h30

Cours pour les personnes de plus d'un an de pratiques « l'apport au sein des arts martiaux des techniques respiratoires et d'attention de la Voie du Zen : sérénité, vigilance, stabilité et puissance ».

17h30 à 19h

Cours ouvert à tous : « l'étude la respiration du Zen dans la mobilité du corps ».

19h30

06 25 99 68 16 toulouse.aidoi.com

Association Centre de Pratiques du Midi-Pyrénées
Lieu du stage
Dojo : Voies des Hommes
Centre d'art martiaux et de développement personnel
8 rue Gonin 31400 TOULOUSE
06 25 99 68 16 toulouse@aidoi.com

AÏ-DÔÏ, un art pacifiant

Apéritif et buffet convivial.

20h30

Conférence :

Les budô des anciens avaient comme objectif la non-violence et la paix.

Que font nos générations actuelles ?

Comment aller vers le message des anciens ?

Le dimanche 23 octobre :

8h30 à 10h

Cours pour les personnes de plus d'un an de pratiques : « De l'importance du rôle des articulations des membres inférieurs dans les Budô ».

10h30 à 12h

Cours ouvert à tous : « La position de la colonne vertébrale et la précision des gestes ».

12h30

Pot de l'amitié.



N'hésitez pas à nous contacter si vous trouvez un intérêt à ce programme et/ou si vous souhaitez partager quelques moments en présence du Maître.

Merci de transmettre cette information.

Avec notre respect.

* Les journées d'étude et d'expérimentation sont dirigées par le fondateur de l'AÏ-DÔÏ (le transmetteur de la Voie du Zen, Monto dé Patso, Daniel Lazennec) dirigeant le Temple de la Paix Infinie du Centre Zen des Pyrénées.

Il a pratiqué plusieurs budô depuis plus de quarante ans : Judô, 2 formes de Karaté, quatre formes d'Aïkidô. Il a suivi Maître Hirokazu . Kobayashi d'Osaka durant onze années au Japon et en Europe.

Fondateur du Vékiyoga.

Membre du collège des experts du Fonds International pour la Préservation des Arts Martiaux. Il a créé le Fonds Etre Occident-Orient et dirige le 1er colloque international du FIPAM : « Violences, société et arts martiaux » les 1, 2 et 3 avril 2011 à Paris.

Auteur des ouvrages : *Au Coeur du Vivant, La force de la douceur, Présent d'Orient, L'éveil du sixième sens*. Ouvrages à venir : *Le XXIe siècle et l'apport des arts pacifiants, la collection Mini zen et La Scientifique et l'Empirique*.

Ancré dans la société d'aujourd'hui, il est intervenant dans le domaine de la prévention des risques industriels en entreprises, il

06 25 99 68 16 toulouse.aidoi.com