

## **VALSERHÔNE (BELLEGARDE)**

# **L'aïkido en stage départemental au dojo de Marcel-Berthet**



**Sébastien Blaise, ceinture noire, a assuré l'animation du stage.** Photo Le DL/Gilbert DOUSSOT

Animé par Sébastien Blaise, samedi matin, plusieurs pratiquants venus du département se sont mesurés sous l'œil du maître, 4<sup>e</sup> dan. L'aïkido, se pratique à tout âge et à Bellegarde à partir de 15 ans. Samedi, au dojo de la salle Marcel-Berthet, une quinzaine de pratiquants, sont venus suivre les conseils et les techniques de Sébastien Blaise. Les cours ont lieu au dojo les mardis de 20 h 15 à 22 h et les jeudis de 20 h 15 à 22 h. L'inscription est de 175 euros, comprenant la licence, l'assurance et l'accès aux cours. Le club bellegardien propose de faire un essai sur deux séances gratuites. Un certificat médical est bien sûr nécessaire pour la pratique de cet art martial. À noter que le samedi 1<sup>er</sup> juin, un stage est organisé au dojo de Bellegarde par Hervé Guénard, (6<sup>e</sup> dan) de 14 h 30 à 18 h.

■ **Contacts : [club@aikido-bellegarde01.fr](mailto:club@aikido-bellegarde01.fr) ou 04 50 48 65 35.**