AÏKIDO / STAGE DÉPARTEMENTAL

Vingt-cinq jeunes réunis à Lucé

Au dojo des Petits Sentiers, à Lucé, vingt-cinq jeunes de 7 à 13 ans ont suivi, dimanche, un stage départemental d'aïkido. Il s'est déroulé sous la férule de Christian Mouza, ceinture noire cinquième dan. Les enfants ont effectué un travail sur les déplacements et l'anticipation. Ainsi, des leçons sur la distance du combat, sur l'action et la réaction ont été abordées. « Il faut utiliser le poids de l'adversaire afin de trouver les angles pour le déstabiliser et arriver à l'immobilisation », a commenté Christian Mouza and grander way.

DIMANCHE A
LUCÉ. Les jeunes
ont apprécié
cette formation,
qui se voulait
éducative et
ludique. Deux
stages adultes
sont programmés
avant la fin de la
saison.

