

(514) 525-4114

Enseignons les arts martiaux
de la façon qu'ils doivent l'être
depuis 1985

Pourquoi étudier l'Aïkido au Yoseikan?

- Les professeurs sont diplômés directement du Japon et continuent de pratiquer leur art.
- Une approche non-commerciale à l'enseignement.
- Cultiver le corps et l'esprit comme un tout.
- Introspection de sa discipline personnelle, de l'auto motivation et de sa conscience.
- Étudier un système d'auto défense légal: résolution de conflit pacifique.
- Une approche non-compétitive pour l'équité, le respect et la tolérance.
- Modification de ses habitudes de vie.
- Des dojos traditionnels qui sont là pour rester.
- Pas de contrat ni de frais cachés.



Aïkido



Académie d'Aïkido Yoseikan

2140 Sherbrooke Est, Montréal (Dojo principal)
255 Ontario Est, Montréal
260, rue Gentilly Est, Longueuil

Cours pour enfants
maintenant disponibles!

(514) 525-4114

www.yoseikanbudo.com

Horaire des cours

2140 Sherbrooke Est, Montréal (Dojo principal)

Jr/hre	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10:00 - 12:00						Intermédiaires & avancés
12:00 - 13:00	Débutants & intermédiaires	Débutants & intermédiaires	Débutants & intermédiaires	Débutants & intermédiaires		
13:00 - 13:30	intermédiaires	intermédiaires	intermédiaires	intermédiaires		
12:15 - 13:30						Débutants & intermédiaires
15:45 - 16:35		Pee-wee 5 - 7 ans		Pee-wee 5 - 7 ans		
16:35 - 17:30		Juniors 8 - 12 ans		Juniors 8 - 12 ans		
18:00 - 19:15	Débutants & intermédiaires	Débutants & intermédiaires	Débutants & intermédiaires	Débutants & intermédiaires		
19:15 - 20:30	Débutants & intermédiaires		Débutants et intermédiaires			
19:15 - 20:45		Intermédiaires & avancés		Intermédiaires & avancés		

255 Ontario Est, Montréal (CVM)

Jr/hre	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
18:15 - 19:15		Débutants		Débutants
19:15 - 19:45		Débutants & intermédiaires		Débutants & intermédiaires

260, rue Gentilly Est, Longueuil (CEM)

Jr/hre	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
18:30 - 19:30	Débutants		Débutants	
19:30 - 20:00	Débutants & intermédiaires		Débutants & intermédiaires	

Cours pour enfants maintenant disponibles!



YOSEIKAN BUDO,

"la synthèse des arts martiaux".

Créé au Japon en 1930 par Minoru Mochizuki, le Yoseikan Budo vise l'éducation à travers un entraînement complet; c'est ce qui distingue le Yoseikan des autres écoles. Les arts martiaux suivants sont enseignés de façon conjointe.

AÏKIDO

(10 ans et plus):

Un système de défense très raffiné, l'Aïkido stipule que l'on contrôle l'agresseur sans blessure. L'Aïkido est approprié pour ceux qui se sentent concernés par les implications éthiques et légales de l'auto défense. Les principes et la philosophie de l'Aïkido représentent le coeur du curriculum du Yoseikan Budo.

JUDO

(à partir du niveau intermédiaire en Aïkido) :

Une forme moderne du Jujutsu dont les techniques dangereuses ont été éliminées ou modifiées, le Judo est un art sécuritaire et agréable qui utilise les clés et les projections. Le Judo est plus adapté aux besoins des enfants puisqu'il implique une intégration des règles éthiques à la pratique de techniques non violentes.

KARATÉ

(à partir du niveau intermédiaire en Aïkido) :

Le Karaté est l'art de frapper les parties vitales de l'anatomie humaine. Dû aux implications inhérentes à l'enseignement de telles techniques, le Karaté est enseigné à titre d'art complémentaire aux étudiants matures qui ont atteint le niveau intermédiaire.

Qui peut apprendre le Yoseikan Budo?

Même si les enfants ont leur propre classe, les hommes et les femmes de tous âges peuvent apprendre et s'entraîner ensemble compte tenu qu'ils respectent les niveaux d'habileté de chacun.

Le Yoseikan Budo et l'activité physique:

L'enseignement prend en considération les niveaux individuels de condition physique pour permettre aux élèves de progresser à leur propre rythme tout en incorporant un art martial complet. Les pratiques régulières du Yoseikan Budo contribuent à l'amélioration de la capacité aérobie, de la force et de la flexibilité. Conséquemment, le Yoseikan peut être pratiqué toute la vie.

Le Yoseikan Budo et l'éducation:

Les professeurs utilisent des questions, des exemples et structurent les pratiques de façon à inculquer d'excellentes valeurs morales et de bonnes habitudes chez leurs élèves. Puisque le Yoseikan Budo n'est pas orienté vers la compétition, les élèves peuvent mieux assimiler ces valeurs.

Le Yoseikan Budo et l'auto défense:

"Tuez ou blessez votre adversaire et vous inviterez la vengeance. Maîtrisez-le tout en respectant son corps et sa dignité, vous lui donnerez ainsi une chance de corriger son comportement" (Minoru Mochizuki, Montréal, mai 1979). La force de caractère, l'éducation et les habiletés physiques lorsque combinées ensemble amènent la confiance en soi et l'état d'esprit requis pour éviter toute confrontation.

Qu'est-ce qui est requis?

Un désir authentique pour l'amélioration de soi-même et la présence aux classes au moins deux fois par semaine. Une bonne communication parent-professeur et une confiance mutuelle offrent un bon soutien nécessaire à un apprentissage efficace. Les adultes âgés de plus de 35 ans doivent être capables de participer à des activités physiques d'intensité modérée.



Inscription et coûts:

Le Yoseikan comme institution d'enseignement indépendante est appuyée par ses membres. Les professeurs consacrent un nombre incalculable d'heures à l'enseignement, à l'amélioration d'eux-mêmes ainsi qu'à leur disponibilité pour les élèves et les parents. Les élèves viennent pour la qualité de l'instruction et les coûts sont les mêmes pour tous.

Grades:

Les grades sont donnés seulement avec la recommandation des professeurs et comme résultat d'une étude assidue, de progrès et de l'attitude. Une présence aux cours réguliers est suffisante pour atteindre les pré-requis des examens. Les candidats à la ceinture noire doivent être âgés au moins de 16 ans.

Costumes:

Des costumes de bonne qualité peuvent être achetés par l'intermédiaire de votre professeur. 100% cotton, ils sont confortables et durent plusieurs années. Les élèves âgés de moins de 12 ans doivent attendre quelques cours avant de se voir accorder ce privilège.

Les professeurs:

Sensei Christian Patenaude a débuté la pratique des arts martiaux (Aïkido, Karaté et Judo) en 1979. Promu ceinture noire en 1985, il a depuis ce temps enseigné l'Aïkido à l'université d'Ottawa, au CEGEP de l'Outaouais et depuis 1991 à Montréal. Il détient présentement le grade de sandan (3e dan) en Yoseikan Budo décerné par la Fédération Yoseikan Budo International (FYBI - division nord américaine). De plus, il est ceinture noire shodan (1er dan) Karaté Shotokan depuis 1997. Il est le fondateur des clubs du CVM, du CEM et du nouveau centre Yoseikan de la rue Sherbrooke à Montréal.

Pour plus de détails sur les professeurs vous pouvez consulter notre site: www.yoseikanbudo.com