



PRATIQUES ALTERNATIVES DE L'ACTIVITÉ SPORTIVE

AÏKIDO, AÏKIBUDO, BUDO ET ASSOCIÉES

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION
AVEC L'UNION DES FÉDÉRATIONS FRANÇAISES D'AÏKIDO (FFAB & FFAAA)

Avertissement : toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans les « fiches de recommandations sanitaires et générales de reprise de l'activité sportive » figurant en introduction de ce guide. Ces fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.

LES ACTIVITÉS ALTERNATIVES PROPOSÉES :

Préconisations pédagogiques générales pour une pratique en extérieure (travail seul)

- Exercices de respiration
- Exercices de gymnastique d'échauffement (Aïki Taïso)
- Déplacements du corps (Taï sabaki), Postures (Shisei),
- Exercices de coordination (ex : mouvements des mains « Té sabaki » rajoutés au Taï sabaki)
- Exercices de pratique seul avec le bâton (Jo)
- Exercices de pratique seul avec le sabre de bois (Ken)

LES PUBLICS CONCERNÉS ET LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- Tous les licenciés de l'une ou l'autre des Fédérations FFAAA ou FFAB

LES AMÉNAGEMENTS IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :

- Pratique individuelle à l'extérieur (choix d'un lieu autorisé et sans risque pour les pratiquants)
- Strict respect des règles sanitaires actuelles et en vigueur pour l'Aïkido au moins jusqu'au 2 juin 2020
- Les séances doivent regroupées 10 personnes maximum encadrement compris
- Respect de la distanciation physique : au minimum 4m² en statique/ et 1,50 m de distance latérale entre les pratiquants, 5mètres en marchant et 10 mètres en courant
- Les personnes licenciées pratiquant sous l'encadrement d'un enseignant diplômé dans un club affilié seront assurées
- Lors de chaque séance, établissement d'une liste nominative des participants à conserver par les Clubs et à présenter en cas de demande des autorités sanitaires

LE RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ PAR ÉTAPES PAR LA FÉDÉRATION :

La fédération propose au ministère des sports des scénarii de reprise de ses activités, selon un principe de progressivité, par étape et à ce stade sans précision chronologique. Ces scénarii, dès lors qu'ils seront validés, pourront être soumis à l'autorisation préalable des autorités locales en fonction de l'évolution des consignes sanitaires définies par le Gouvernement.

- Prolongement de la pratique en extérieur, jusqu'à la reprise de la saison prochaine
- En prévision de l'autorisation de pratique en intérieur type « Dojo », nous avons élaboré un plan de déconfinement progressif des activités qui précise :
 - 4 niveaux de protocoles fédéraux permettant une reprise progressive des activités d'Aïkido et des Budos associés (Aïkibudo Systema, Kinomichi, ...) au sein des structures affiliées aux deux Fédérations, **modulables selon chaque type de recommandations sanitaires adaptées au plan national de prévention et de lutte contre la pandémie.**
 - Chaque niveau (du niveau 4, niveau le plus élevé de vigilance, au niveau 1) dépendra des indicateurs sanitaires du moment, des directives de l'Etat, et sera communiqué, en temps réel, à chaque structure affiliée.

Dans le respect de ces données générales, des précisions complémentaires relevant de la responsabilité fédérale peuvent être disponibles sur les sites internet des fédérations :

FFAAA : <https://www.aikido.com.fr/>

FFAB : <https://www.ffabaikido.fr/fr/>