

MORI DOJO AÏKI

MORI DOJO AÏKI, association installée à La Bouëxière depuis septembre 2024, dont l'activité est l'enseignement et la pratique du Wanomichi Aïki, organisait les 25 et 26 octobre 2025 un stage national Wanomichi Iwama Aïki dirigé par Daniel Toutain, 8^e Dan UFA (Union des Fédérations d'Aïkido) au sein du Dojo du Complexe Sportif Pierre de Coubertin de La Bouëxière.

L'enseignant de MORI DOJO AÏKI, Bruno Rosais, 2^e Dan UFA, diplômé du Brevet Fédéral d'Animateur d'Aïkido et du Brevet Fédéral Wanomichi, fervent pratiquant depuis 1987, recevait donc son professeur pour cet événement exceptionnel qui a rassemblé sur le tatami bon nombre de pratiquant(e)s, enfants et adultes, originaires de plusieurs dojos de Bretagne pour la plupart, mais également de Normandie, des Hauts-de-France, d'Eure-et-Loir, des Pays de la Loire et de Vendée. À cette occasion, Madame Sterenn Leclère, Adjointe déléguée aux Sports et aux Associations auprès de la Mairie de La Bouëxière, est venue nous rendre visite au Dojo et a ainsi pu assister à une démonstration de notre discipline.

Le Wanomichi Iwama Aïki, émergence de l'Aïkido traditionnel d'Iwama*, est une méthode créée en 2018 par Daniel Toutain, avec l'aide de Sonia Tomioka Toutain pour le Wanomichi Yoga, afin de mieux comprendre les fondements des techniques traditionnelles d'Iwama enseignées par son Maître Morihiro Saito, 9^e Dan, qui fut l'un des plus proches disciples de Morihei Ueshiba O Sensei, fondateur de l'Aïkido. Le Wanomichi Iwama Aïki existe en tant que discipline associée reconnue au sein de la Fédération Française d'Aïkido, Aïkibudo, Kinomichi et disciplines associées (FFAAA).

La méthode Wanomichi Iwama Aïki permet de mieux appréhender et maîtriser les techniques d'Iwama et vise à utiliser la meilleure biomécanique possible lors de l'exécution de celles-ci. Il s'agit d'améliorer le contrôle de la respiration, d'acquérir les positions adéquates pour plus d'efficacité grâce à une meilleure conscience du corps, des

axes et de la synchronisation parfaite des mouvements. Le but est d'accéder à une compréhension profonde du programme technique d'Iwama, de sa valeur et de son but. Cette méthode se présente en trois parties :

- une préparation physique et mentale complète construite à partir d'un Yoga spécialement adapté : le Wanomichi Yoga,
- des katas : enchaînements codifiés de techniques,
- des exercices préparatoires avec partenaire, à mains nues et en utilisant un Jo afin d'assimiler les axes et leviers qui composent les techniques.

Les techniques martiales pratiquées dans le Wanomichi Iwama Aïki sont directement issues des enseignements de Morihiro Saito Sensei. Elles incluent le Taijutsu, le Bukiwaza, le Bukidori (Tachidori, Jodori, Jonage, Tankendori).

Les armes :

- Le Jo = le bâton
- Le Ken = le sabre
- Le Tanto ou Tanken = le couteau

Les différentes configurations d'exercices :

- Le Taijutsu = les techniques à mains nues
- Le Bukiwaza = les techniques d'armes
- Le Bukidori = les techniques à mains nues contre armes
- Le Tachidori = Ken contre mains nues
- Le Jodori = Jo contre mains nues
- Le Jonage = Saisie du Jo par Tori (partenaire exécutant l'exercice) ≠ Uke (partenaire "subissant")
- Le Tankendori = Couteau contre mains nues

La relation complète et permanente, existante entre l'exécution des techniques à mains nues et l'exécution des techniques spécifiques d'armes qui étaient enseignées et pratiquées à Iwama, représente en effet le pilier central du Wanomichi Iwama Aïki. Ce programme technique, qui avait été préservé par Saito Sensei à Iwama, est considéré comme une spécificité bien distincte dans le monde de l'Aïki. Le Wanomichi Iwama Aïki correspond ainsi à une forme innovante qui relie Tradition et Modernité.

C'est dans cette même lignée que Bruno Rosais continue d'approfondir cet enseignement auprès de Daniel Toutain, afin de le dispenser à ses élèves, et ainsi perpétuer la transmission.



MORI DOJO AÏKI

Complexe Sportif Pierre de Coubertin

Rue du Stade - 35340 LA BOUËXIÈRE

Contact : Tél. 06 73 89 18 62

moridojoaiki@gmail.com

www.moridojoaiki.wixsite.com/wanomichi

*Iwama est une petite ville située à une centaine de kilomètres de Tokyo. C'est là que le Fondateur de l'Aïkido avait élaboré et perfectionné son art dans son Dojo personnel qu'il construisit en même temps que "l'Aïki Jinja", un temple dédié à sa pratique. Maître historique et de renommée mondiale, Morihiro Saito Sensei fut le gardien de ces lieux après la disparition de O Sensei Ueshiba. Respectant la volonté de son unique professeur, il en a fidèlement préservé les enseignements que lui-même avait reçus dans ce célèbre Dojo.