

● AUTOMNE / HERBST ●
2025

Voyage - Reise

DOJO Biel-Bienne

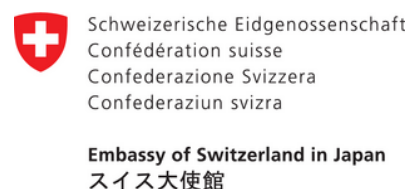
Sponsoring

KIDS JAPAN 2025



Graf Dojos
Rue de Fribourg 41
2503 Biel - Bienne
Suisse

Avec le soutien de | Mit der Unterstützung von :



Embassy of Switzerland in Japan
スイス大使館



NOTRE PROJET EN RÉSUMÉ UNSER PROJEKT IM ÜBERBLICK

QUI | WER

24 enfants | Kinder
Graf Dojos Biel-Bienne
10 - 16 ans | Jahre
6 accompagnants
| Begleiter



VOYAGE JAPON JAPAN REISE

OÙ | WO

2 semaines à travers le Japon
à la découverte des origines
de l'Aïkido et immersion dans
la philosophie et la culture
japonaise traditionnelle.

Un voyage dont les enfants se
souviendront toute leur vie.

2 Wochen durch Japan
um die Wurzeln des Aikido zu
entdecken und in die
traditionelle japanische
Philosophie und Kultur
einzutauchen.

Eine Reise, an die sich die
Kinder ihr ganzes Leben lang
erinnern werden.



QUAND | WANN

4.10.2025 - 19.10.2025



LE PROJET EN DÉTAILS

DAS PROJEKT IM DETAIL

Ambassadeurs de notre pays, 24 enfants de 10 à 16 ans, tous pratiquant l'aïkido, vont voyager au Japon et y séjourner deux semaines. Leurs missions : un échange culturel entre la Suisse et le Japon, représenter notre région, découvrir une nouvelle culture et pratiquer l'aïkido avec des enfants japonais.

Als Botschafter unseres Landes werden 24 Kinder im Alter von 10 bis 16 Jahren, die alle Aikido machen, zwei Wochen nach Japan reisen. Ihre Mission: ein kultureller Austausch zwischen der Schweiz und Japan, unsere Landesregion repräsentieren, eine neue Kultur entdecken und Aikido mit japanischen Kindern praktizieren.

Pour la troisième fois, l'école d'Aïkido de Bienne organise un voyage sportif et culturel au Japon pour ses élèves. Ces jeunes aikidokas sillonneront le Japon durant deux semaines. Ils étudieront la culture japonaise, visiteront les villes de Tokyo, Kyoto, Nara, Ayabe et le site classé au patrimoine mondial de Koya-San. Ils partageront des entraînements d'Aïkido, des leçons de mathématique, de musique, de calligraphie avec des enfants japonais et présenteront nos régions, cultures et écoles suisses.

Zum dritten Mal organisiert die Aikidoschule Biel für ihre Schülerinnen und Schüler eine Sport- und Kulturreise nach Japan. Die jungen Aikidoka werden zwei Wochen lang durch Japan reisen. Sie werden die japanische Kultur kennen lernen und die Städte Tokio, Kyoto, Nara, Ayabe und das Weltkulturerbe Koya-San besuchen. Sie werden an Aikido-Trainings, am Mathematik-, Musik- und Kalligraphie Unterricht mit japanischen Kindern teilnehmen und unsere Regionen, Kulturen und Schulen vorstellen.

Malgré les efforts de nos enfants pour vendre des pâtisseries, effectuer divers travaux, participer à des démonstrations d'Aïkido et solliciter leur entourage, ce voyage est réalisable uniquement avec le soutien de personnes partageant la même vision que nous:

Trotz der Bemühungen unserer Schüler, Backwaren zu verkaufen, verschiedene Arbeiten zu verrichten, an Aikido-Vorführungen teilzunehmen und ihr Umfeld um Spenden zu bitten, ist diese Reise nur möglich, wenn wir Sponsoren finden die unsere Vision teilen:

les enfants sont notre futur, investissons en eux en leur offrant une éducation de qualité et riche en expériences !

Kinder sind unsere Zukunft, also investieren wir in sie, indem wir ihnen eine qualitativ hochwertige und erlebnisreiche Ausbildung bieten!



Ci-contre, nos aikidokas du premier voyage en juin 2014 avec le Président de la Confédération Didier Burkhalter et le Prince du Japon Naruhito

Im Bild unsere Aikidokas von der ersten Reise im Juni 2014 mit Bundespräsident Didier Burkhalter und dem japanischen Prinzen Naruhito.

LE VOYAGE SPORTIF ET CULTUREL PLUS EN DÉTAILS DIE SPORT- UND KULTURREISE IM DETAIL

En 2014, à l'occasion des 150 ans de relations diplomatiques entre le Japon et la Suisse, le Dojo de Bienne en collaboration avec les dojos de Neuchâtel et du Val-de-Ruz a organisé un échange culturel pour les enfants y pratiquant l'Aïkido. 26 enfants des régions de Neuchâtel, Val-de-Ruz et Bienne sont partis au Japon - pays d'origine de l'art martial que nous pratiquons - et y ont séjourné durant deux semaines. Ils ont pratiqué l'Aïkido avec des enfants japonais, participé à des ateliers d'échange à propos de leurs cultures respectives, parlé de la Suisse et découvert le Japon. Ce fut, pour ces enfants, une expérience formatrice pour la vie, stimulante, inoubliable et favorisant leur ouverture d'esprit. En 2018, un 2ème voyage avec 33 enfants, a eu lieu.

Les enfants sont revenus de ces voyages enrichis et motivés, remplis de confiance en leurs propres capacités et surtout ont gagné en maturité.

Les feed-backs ont été tellement positifs, non seulement de la part des enfants et de leurs parents, mais aussi ceux des structures scolaires et politiques, que cela nous a encouragé à reconduire cette expérience extraordinaire avec une nouvelle équipe d'enfants en 2025!

2014 organisierte das Dojo Biel in Zusammenarbeit mit den Dojos von Neuchâtel und Val-de-Ruz anlässlich des 150-jährigen Bestehens der diplomatischen Beziehungen zwischen Japan und der Schweiz einen Kulturaustausch für Kinder, die Aikido praktizierten. 26 Kinder aus den Regionen Neuchâtel, Val-de-Ruz und Biel reisten nach Japan - dem Ursprungsland der Kampfkunst, die wir praktizieren - und hielten sich dort zwei Wochen lang auf. Sie übten Aikido mit japanischen Kindern, nahmen an Workshops teil, in denen sie sich über ihre jeweiligen Kulturen austauschten, sprachen über die Schweiz und lernten Japan kennen. Für die Kinder war es eine lebenslange, anregende und unvergessliche Erfahrung, die ihre Weltoffenheit förderte. Im Jahr 2018 fand eine 2. Reise mit 33 Kindern statt.

Die Kinder kehrten von diesen Reisen bereichert und motiviert zurück, waren voller Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten und vor allem reifer geworden.

Die Rückmeldungen waren so positiv, nicht nur von den Kindern und ihren Eltern, sondern auch von den Schulen und der Politik, dass wir diese außergewöhnliche Erfahrung im Jahr 2025 mit einer neuen Gruppe von Kindern wiederholen wollen!

QU'EST-CE QU'UN TEL VOYAGE APPORTE AUX ENFANTS ?

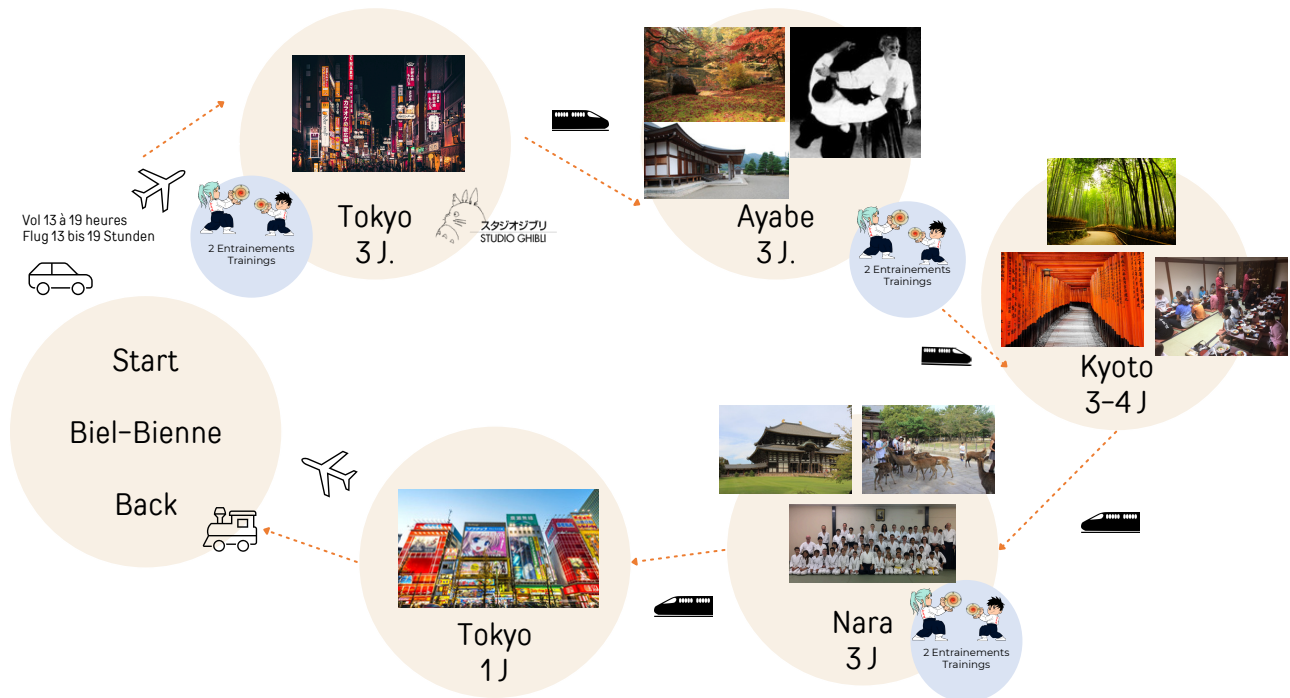
- Ils apprennent à être autonomes ;
- Ils surmontent les barrières linguistiques ;
- Ils s'ouvrent à une autre culture et développent leur tolérance envers les différences;
- Ils gagnent en maturité et réalisent leur potentiel.

WAS BRINGT DEN KINDERN EINE SOLCHE REISE?

- Sie lernen, selbstständig zu sein ;
- Sie überwinden Sprachbarrieren ;
- Sie öffnen sich einer anderen Kultur und entwickeln Toleranz gegenüber Unterschieden;
- Sie gewinnen an Reife und entfalten ihr Potenzial.



L'EXPÉDITION PAS À PAS DIE REISE SCHRITT FÜR SCHRITT



POURQUOI SPONSORISER ? WARUM UNTERSTUZEN?

Nous ne cherchons pas seulement des sponsors soutenant financièrement l'échange culturel, mais aussi des partenaires partageant le but de contribuer au développement de la société et désireux d'investir dans le futur de nos enfants.

Wir suchen nicht nur Sponsoren, die den Kulturaustausch finanziell unterstützen, sondern auch Partner, die unser Ziel teilen, zur Entwicklung der Gesellschaft beizutragen, und die in die Zukunft unserer Kinder investieren möchten.

BUDGET

	par personne pro person	Groupe Gruppe
Coût Kosten		
Vols Zurich <->Tokyo, assurances, hôtels, repas, déplacements, entraînements, visites culturelles	4'140.-	124'200.-
Flüge Zürich <->Tokyo, Versicherungen, Hotels, Essen, Transport, Trainings, kulturelle Besuche		
Frais d'organisation Organisationskosten		
Polos, dossier sponsoring, assurances, cadeaux officiels, documents	150.-	4'500.-
Poloshirts, Sponsoring-Dossiers, Versicherungen, offizielle Geschenke, Dokumente...		
Réserve & imprévus (~10% du budget total) Reserve & Unvorhergesehenes	420.-	12'600.-
Total intermédiaire par personne Zwischensumme pro Person	4'710.-	
COÛT TOTAL DU PROJET GESAMTKOSTEN DES PROJEKTS		CHF 141'300.-
24 enfants et 6 accompagnants 24 Kinder und 6 Begleitpersonen		



FINANCEMENT

FINAZIERUNG

Les enfants participent à des ventes de pâtisseries, parlent du projet, font des démonstrations d'Aïkido et travaillent dur pour obtenir leur billet pour le Japon.

En parallèle nous cherchons des sponsors comme vous pour financer le projet et sommes prêts à vous rencontrer et trouver ensemble une idée originale de collaboration.

Die Kinder nehmen an Kuchenverkäufen teil, sprechen über das Projekt, führen Aikido vor und arbeiten hart, um ihr Ticket nach Japan zu ermöglichen.

Parallel dazu suchen wir Sponsoren wie Sie, um das Projekt zu unterstützen, und sind bereit, Sie zu treffen und gemeinsam eine originelle Idee für eine Partnerschaft zu finden.

Propositions en échange de votre soutien en CHF

Vorschäge als Gegenleistung für Ihre Unterstützung in CHF

Les prestations se cumulent avec l'augmentation de votre contribution | Die Leistungen kumulieren sich mit der Erhöhung Ihres Beitrags

	Une carte postale du Japon signée par tous les enfants que vous aidez, et un grand merci ! Eine Postkarte aus Japan , unterzeichnet von allen Kindern und ein großes Dankeschön!	50.-
+	Votre nom gravé sur une plaque en bois porte-bonheur dans un des temples les plus connus du Japon Ihr Name graviert auf einem glücksbringenden Holzplättchen in einem der bekanntesten Tempel Japans.	100.-
+	Un bon de 3 leçons d'Aïkido enfant, adulte, ou de yoga japonais + Un poster A3 avec la photo des enfants au Japon, signé par tous Ein Gutschein für 3 Aikido-Lektionen für Kinder, Erwachsene oder japanisches Yoga + Ein A3-Poster mit dem Foto der Kinder in Japan, von allen unterschrieben	250.-
+	Votre nom ou logo imprimé sur un panneau à l'entrée du Dojo de Bienne ainsi que sur nos pages web et Facebook Ihr Name oder Logo wird auf einer Tafel am Eingang des Dojo Biel gedruckt sowie auf unseren Web- und Facebook-Seiten aufgeführt.	500.-
+	Nous vous apportons un cadeau du Japon Wir bringen Ihnen ein Geschenk aus Japan mit.	1'000.-
+	SPONSOR BRONZE - Vous serez invité à la présentation et au souper de gala qui sera organisé en hiver 2025 pour clôturer le voyage Sie werden zur Präsentation und zum Gala-Dinner eingeladen , das im Winter 2025 zum Abschluss der Reise veranstaltet wird.	3'000.-
+	SPONSOR SILVER - Vous devenez le parrain d'un enfant partant au Japon. Vous êtes aussi remercié dans tous nos courriers Sie werden Pate eines Kindes , das nach Japan reist. Sie werden auch in allen unseren Briefen erwähnt und bedankt .	5'000.-
+	SPONSOR GOLD - Vous devenez mécène de plusieurs enfants partant au Japon. Remerciements officiels dans notre DVD du voyage Sie werden Mäzen mehrere Kinder , die nach Japan reisen. Offizielle Danksagungen in unserer Reise-DVD .	dès ab 10'000.-

QUI SOMMES-NOUS ?

WER SIND WIR?

L'école d'Aïkido, Dojo de Bienne existe depuis 2013 et fait partie de Graf Dojos Sàrl, avec plus de 100 élèves, dont $\frac{3}{4}$ sont des enfants. Notre école vise à encourager le développement personnel des enfants, des jeunes et des adultes en promouvant une vie saine, le respect et la non-violence à travers l'enseignement de l'Aïkido et du Yoga japonais.

Dr. Eric Graf, 1977, doctorat en statistique, trois enfants, directeur et fondateur de l'école d'Aïkido de Bienne, 6e dan d'Aïkido. Responsable des cours pour adultes et enfants en Aïkido et de la formation des entraîneurs. Il est formé expert J+S en Aïkido. Fondateur de la méthodologie d'enseignement du Yoga Japonais. Il est l'auteur de plusieurs livres sur l'Aïkido et Yoga Japonais, passionné et un super-motivateur.

Anaïs Gaille, 1979, sage-femme, enseignante en Yoga Japonais et mini-yogis (parents-enfants dès 3 ans), 2 filles. Elle gère l'administration de Graf Dojos et les imprévus ! Polyvalente et toujours avec le sourire.

Die Aikido-Schule, Dojo Biel, besteht seit 2013 und ist Teil der Graf Dojos Sàrl, mit über 100 Schülern, von denen $\frac{3}{4}$ Kinder sind. Unsere Schule strebt die persönliche Entwicklung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen an, indem sie durch den Unterricht von Aikido und japanischem Yoga eine gesunde Lebensweise, Respekt und Gewaltlosigkeit fördert.

Dr. Eric Graf, 1977, Doktor in Statistik, drei Kinder, Leiter und Gründer der Aikido Biel, 6. Dan Aikido. Verantwortlich für die Aikido-Kurse für Erwachsene und Kinder sowie für die Ausbildung von Trainern. Er ist ausgebildeter JS-Experte für Aikido. Begründer der Unterrichtsmethodik des japanischen Yoga. Er ist Autor mehrerer Bücher über Aikido und japanisches Yoga, leidenschaftlich und ein Super-Motivator.

Anaïs Gaille, 1979, Hebamme, Lehrerin für japanisches Yoga und Mini-Yogis (Eltern-Kinder ab 3 Jahren), 2 Töchter. Sie kümmert sich um die Verwaltung von Graf Dojos und um Unvorhergesehenes! Vielseitig und immer mit einem Lächeln im Gesicht.

Contact | Kontakt

Eric Graf & Anaïs Gaille

079 691 19 18 | 079 636 35 68

info@dojo-biel.ch

dojo-bienne.ch/echanges-culturels/

dojo-biel.ch/kulturaustausch/

Graf Dojos

SOUTIEN KIDS JAPAN 2025

BCBE: IBAN CH03 0079 0042 6166 6393 8

v



QR IBAN

MERCI | DANKE



SOUTIENS UNTERSTÜTZUNGEN



Le projet est soutenu activement par l'Association des amis de l'Aikido de Bienne. Le président de l'association, Philipp Rodriguez, est également enseignant d'Aïkido enfants au Dojo de Bienne et moniteur J+S. Il participera au voyage en tant qu'accompagnant.

Unser Projekt wird aktiv vom Verein die Freunde des Aikido Biel unterstützt. Der Präsident des Vereins, Philipp Rodriguez, ist auch Aikido-Lehrer für Kinder im Dojo Biel und J+S Leiter. Er wird an der Reise als Begleiter teilnehmen.

Contact | Kontakt: Philipp Rodriguez 079 387 38 01 | aikido-friends-biel-bienne.org



Le projet a obtenu le soutien de la Japan Foundation, l'institution culturelle japonaise dédiée à la promotion des échanges culturels internationaux.

Das Projekt erhält die Unterstützung der Japan Foundation, der japanischen Kulturinstitution, die sich der Förderung des internationalen Kulturaustauschs widmet..



Le projet a obtenu le soutien de Aïkido Jeunesse Suisse.

Das Projekt erhält die Unterstützung von Aikido Jugend Schweiz



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Embassy of Switzerland in Japan
スイス大使館

Le projet a obtenu le soutien de l'Ambassade Suisse à Tokyo.

das Projekt wird von der Schweizer Botschaft in Tokio unterstützt.



Du haut de ses 11 ans, Camille Schaffter accompagne son entraîneur, Eric Graf, vers un magnifique roulé-boulé.

Dario Brönnimann

Cap sur le Soleil-Levant

Bienne Partir au Japon, ce n'est pas qu'un voyage. Pour ces jeunes, c'est l'occasion de découvrir les origines de l'aïkido, de créer des souvenirs et des amitiés inoubliables, grandir. Pour y arriver, ils espèrent récolter plus de 140'000 francs.

Maeva Pleines

En entrant dans le dojo de Bienne, on enlève ses chaussures. Question de respect. Une valeur importante qu'Eric Graf souhaite transmettre à ses jeunes élèves d'aïkido. Dans cette idée, l'entraîneur prévoit d'emmener une vingtaine de jeunes entre 9 et 16 ans au pays du Soleil-Levant, à la découverte des origines de son art martial à dimension spirituelle. Un projet ambitieux (voir par ailleurs) qui se prépare dès maintenant pour pouvoir décoller en octobre. Une soirée de soutien se tiendra ainsi ce samedi au dojo, ouverte à tous les curieux de sport, de musique et de gastronomie nipponne.

En attendant, les jeunes aikidokas s'entraînent avec ardeur. Ce jeudi, c'est Kami Graf qui prend le relais lors de l'échauffement. Le fils du directeur pratique l'aïkido depuis ses 4 ans. Il l'enseigne depuis ses 10 ans. A 17 ans, il a déjà participé aux deux premiers échanges au Japon. Lors du troisième, il revêtira une casquette de moniteur. «Ces souvenirs inoubliables, ces expériences humaines fortes, cette motivation nouvelle pour notre sport, j'espère les transmettre à tous les participants», partage le Prélois.

Un art de la défense

Son père se place devant la vingtaine d'élèves et dégage un bokken. Muni de son sabre d'entraînement en bois, le quadragénaire 6e dan lance: «Si l'assaillant est plus fort que moi, comment puis-je me défendre?» Plusieurs aikidokas plus ou moins expérimentés y vont

de leurs hypothèses. Puis, Eric Graf illustre sa technique avec l'aide d'un volontaire.

Du haut de ses 11 ans, Camille Schaffter s'avance avec assurance pour réaliser la prise. Une fois, deux fois, trois fois. Il se laisse guider par son entraîneur, qui se propulse dans un magnifique roulé-boulé. Le jeune Biennois pratique cet art martial depuis plusieurs années. «J'aime que cette discipline se concentre sur la défense. Elle prône, en fait, la non-violence», explique-t-il.

Intéressé par la philosophie de l'aïkido, il n'a pas hésité à s'inscrire au grand voyage qui se prépare actuellement au dojo. «Je me réjouis particulièrement de découvrir les coulisses de ce sport. C'est-à-dire de visiter le lieu où il a vu le jour, de pratiquer avec des Japonais et d'approfondir mes connaissances générales.» Le plus grand stress de Camille? Ce n'est pas de partir sans ses parents, mais plutôt de manquer de sponsors. «Car j'ai très envie de vivre cette aventure!»

Il confie d'ailleurs que, pour lui, l'aventure a déjà commencé bien avant de s'envoler vers un autre continent. «Dans le cadre de la recherche de fonds, aborder des inconnus pour leur présenter le projet m'a bien fait sortir de ma zone de confort. Le jeu en vaut la chandelle», sourit-il.

Sans compétition

Parmi les plus expérimentés du cours, Charline Gautier peaufine son enchaînement en adinôme avec un élève plus jeune. L'adolescente de 14 ans prend

77

Le respect des autres et de soi, la compassion, l'honneur, la loyauté, le courage... Toutes ces valeurs guidaient les samouraïs. Et elles inspirent les jeunes.

Eric Graf

Entraîneur et directeur du dojo

le temps de réexpliquer les subtilités du mouvement. Elle aussi a prévu de partir découvrir le Japon en octobre. «C'est l'opportunité de découvrir cette culture qui m'a fascinée toute mon enfance. Y aller entre amis me motive particulièrement, car l'ambiance

du club est géniale. Il n'y a pas de compétition, tout le monde s'entraide. Et je trouve qu'épauler les débutants est super valorisant», livre la ceinture bleue.

Les duos qui s'exercent dans la bonne humeur autour d'elle semblent lui donner raison. Lorsqu'il ne s'affaire pas dans une de ces chorégraphies à deux, Eric Graf répond aux questions avec bienveillance. Entre deux démonstrations, il confie: «Dans ce cours, comme dans notre voyage, les participants sont amenés à prendre confiance en eux. Le respect des autres et de soi, la compassion, l'honneur, la loyauté, le courage... Toutes ces valeurs guidaient les samouraïs. Et elles inspirent les jeunes.»

L'aventure d'une vie

Du 4 au 19 octobre, 24 enfants laisseront leurs téléphones de côté pour s'immerger dans la culture japonaise. Le périple les mènera sur les traces de l'aïkido, à Ayabe, ville d'origine de la discipline. Mais aussi de l'effervescence de Tokyo aux paysages luxuriants de Kyoto. «Accompagnés par six moniteurs, les jeunes visiteront une école pour découvrir le quotidien de leurs homologues japonais et pratiquer l'aïkido avec eux. Ils testeront encore d'autres activités, comme la calligraphie ou l'arrangement floral ikebana», expose Eric Graf.

C'est le troisième voyage qu'organise ce passionné. «Mon but consiste à partager mon art et ouvrir l'esprit de ces enfants en développant leurs com-

En un claquement de doigts, le cours prend déjà fin. Mais plusieurs aikidokas se retrouveront ce samedi à la soirée de soutien pour écouter les tambours japonais du groupe Taiko Kichigai, déguster des ramens et assister à une masterclass d'Eric Graf.

Info+: La soirée de soutien se déroule samedi dès 18h30 au dojo de Bienne, rue de Fribourg 41. Inscription requise sur le site dojobienne.ch. Au programme: tambours à 19h, apéro dinatoire à 20h et conférence-démonstration à 21h. Prix: 100.- par personne.

pétences d'autonomie, de maturité, de tolérance, de curiosité... Lors des précédentes éditions, après deux semaines, certains revenaient comme s'ils avaient pris deux ans», se félicite l'auteur de plusieurs livres sur l'aïkido et le yoga japonais.

Il a pour défi de récolter plus de 140'000 francs afin de couvrir 80% des frais de voyage. Les familles compléteront le reste. Des sponsors sont encore recherchés tandis que les enfants participent à des marchés aux puces, des ventes de pâtisseries, des démonstrations et autres récoltes de dons. «Ça les sensibilise à la valeur d'un tel voyage, qui sera l'aventure d'une vie pour certains», conclut Eric Graf.

SPORT UND KULTUR

Kampfkunst ohne Wettkampf

Für eine Japan-Reise von Kindern, die Aikido praktizieren, sucht das Dojo Biel/Bienne Sponsoren von kleinen bis zu grösseren Beträgen und verspricht dafür sogar Gegenleistungen.

VON MICHÈLE MUTTI

24 Kinder im Alter von zehn bis 16 Jahren und sechs Erwachsene planen derzeit in Biel ein grosses Abenteuer, das sie im kommenden Herbst ins Land des Lächelns führen wird. Gemeinsam hat die Gruppe ihre Leidenschaft für Aikido – eine Kampfkunst der Selbstverteidigung, die Harmonie und Gewaltlosigkeit fördert. Hinter der Planung steckt der Leiter des Dojo Biel/Bienne, Eric Graf. Für den Träger des 6. Dans und Mathematiker – er hat seine akademische Karriere mit einem Doktorat in Statistik von 2011 bis 2015 beendet – ist es nicht das erste Mal, dass er Kinder auf eine entsprechende Reise begleitet.

Postkarte. «Bereits 2014 und 2018 begleitete ich Kinder in demselben Alter nach Japan. Diese zwei Wochen brachten sie in ihrem Reifungsprozess zwei Jahre weiter», so der Vater von drei Kindern im Jugendalter. Schliesslich sei es für viele Reisetilnehmende das erste Mal so lange weg von zuhause zu sein, und das auch

noch so weit weg. Die Idee hinter der Reise, von der 70 bis 80 Prozent durch Sponsoring finanziert werden sollen, ist, die Wurzeln des Aikido zu entdecken und in die traditionelle japanische Philosophie und Kultur einzutauchen. «Eine Reise, an die sich die Kinder ihr ganzes Leben lang erinnern werden», sagt Graf.

Die Kosten für die Reise belaufen sich insgesamt auf 141 300 Franken. Durch den Verkauf von Kuchen, Origami-Karten und das intensive Engagement der Kinder allein kann diese Summe nicht aufgebracht werden. Deshalb sucht das Dojo Biel/Bienne parallel dazu nach Sponsoren und hat eine Reihe von Gegenleistungen, je nach Höhe des Betrags, festgelegt. «Für 50 Franken erhalten die Unterstützer eine Postkarte aus Japan mit der Unterschrift aller Kinder. Für 100 Franken gravieren wir den entsprechenden Namen auf einem glücksbringenden Holzplättchen in einem der bekanntesten Tempel Japans. Ab 10 000 Franken wird der Sponsor zum Mäzen der Kinder und erhält eine offizielle Danksagung in der Reise-DVD», erklärt Graf.

JS-Experte. Seine Schule in Biel besteht seit 2013 und ist Teil der Graf Dojos GmbH mit über 100 Schülern, von denen drei Viertel Kinder sind. Graf wurde 2022 in den Vorstand des Vereins Aikido Jeunesse Suisse gewählt, der die Entwicklung von Aikido unter Jugendlichen sowie die Integration in Jugend & Sport fördert. Er ist ausgebildeter JS-Experte für Aikido und Autor mehrerer Bücher über Aikido und japanisches Yoga. Seine Partnerin und Co-Projektleiterin der bevorstehenden Japan-Reise, Anaïs Gaille, ist Hebamme und Lehrerin für japanisches Yoga und Mini-Yogis und hat zwei Kinder. Sie kümmert sich um die Verwaltung der Graf-Dojos und um Unvorhergesehenes.

Neu gegründet von einem Trainer des Dojo Biel wurde der Verein «Die Freunde des Aikido». Er unterstützt die Entwicklung des Aikido, insbesondere bei Kindern und jungen Erwachsenen in Biel.

Mehr Infos unter:
dojo-biel.ch/kulturaustausch

Wer die Kinder unterstützen möchte, kann das mit der IBAN
CH03 0079 0042 6166 6393 8

Plus d'infos:
dojo-biel.ch/kulturaustausch

Popur soutenir les enfants:
IBAN
CH03 0079 0042 6166 6393 8

Hinter der Planung steckt der Leiter des Dojo Biel/Bienne, Eric Graf.

Eric Graf:
«Les enfants se souviendront toute leur vie de ce voyage.»



PHOTO: JOLIE SCHNEIDER

SPORT ET CULTURE

Art martial sans compétition

Pour un voyage au Japon d'enfants pratiquant l'aikido, le Dojo Biel/Bienne cherche des sponsors, petits à grands. Des contreparties sont prévues.

PAR MICHÈLE MUTTI

Vingt-quatre enfants âgés de dix à seize ans et six adultes préparent actuellement à Bienne une grande aventure qui les mènera l'automne prochain au Japon. Le groupe a en commun sa passion pour l'aikido – un art martial d'autodéfense qui favorise l'harmonie et la non-violence. Le responsable du Dojo Biel/Bienne, Eric Graf, est à l'origine de ce projet. Pour ce titulaire du 6e dan et mathématicien (il a terminé sa thèse en statistiques de 2011 à 2015) ce n'est pas la première fois qu'il accompagne des enfants dans un tel voyage.

Carte postale. «En 2014 et 2018, j'avais déjà accompagné des enfants du même âge au Japon. Ces deux semaines les ont fait progresser de deux ans dans leur processus de maturation», explique le père de trois enfants adolescents. Enfin, pour de nombreux participants au voyage, c'est la première fois qu'ils partent aussi longtemps de chez eux et aussi loin. L'idée derrière le voyage, dont 70 à 80 pour cent seront financés par le sponsoring, est de découvrir les racines de l'aikido et de se plonger dans la philosophie et la culture japonaises traditionnelles. «Un voyage dont les enfants se souviendront toute leur vie», explique-t-il.

Le coût total du voyage s'élève à 141 300 francs. La vente de gâteaux, de cartes d'origami et l'engagement intense des enfants ne permettent pas à eux seuls de réunir cette somme. C'est pourquoi le Dojo Biel/Bienne recherche parallèlement des sponsors et a défini une série de contreparties, en fonction du montant. «Pour 50 francs, les soutiens reçoivent une carte postale du Japon avec la signature de tous les en-

fants. Pour 100 francs, nous gravons le nom correspondant sur une plaquette de bois porte-bonheur dans l'un des temples les plus connus du Japon. À partir de 10 000 francs, le sponsor devient le mécène des enfants et reçoit un remerciement officiel dans le DVD du voyage», explique Eric Graf.

Expert JS. Son école à Bienne existe depuis 2013 et fait partie de Graf Dojos Sàrl avec plus de 100 élèves, dont les trois quarts sont des enfants. Eric Graf a été élu en 2022 au comité directeur de l'association Aikido Jeunesse Suisse, qui promeut le développement de l'aikido parmi les jeunes ainsi que son intégration dans Jeunesse & Sport. Il a suivi une formation d'expert JS en aikido et est l'auteur de plusieurs livres sur l'aikido et le yoga japonais. Sa partenaire et co-responsable de projet du prochain voyage au Japon, Anaïs Gaille, est sage-femme et enseignante de yoga japonais et de mini-yogis et a deux enfants. Elle s'occupe de l'administration des dojos Graf et des imprévus.

L'association «Les amis de l'aikido Bienne» vient d'être créée par un entraîneur du Dojo de Bienne. Elle soutient le développement de l'aikido, en particulier chez les enfants et les jeunes adultes à Bienne. ■



Manuela Steinmann

Sursee, 02.03.2025

Aikido Jugend Schweiz

6210 Sursee

praesidium@aikidojs.ch

Graf Dojos

rue de Fribourg 41

2503 Biel - Bienne

Empfehlungsschreiben KIDS Japan 2025 mit Eric Graf und Anaïs Gaille

Mein Name ist Manuela Steinmann, ich bin Präsidentin von Aikido Jugend Schweiz. Das Ziel von Aikido Jugend Schweiz ist die Förderung von Kindern und Jugendlichen, insbesondere im Bereich Jugend + Sport.

Eric Graf und ich arbeiten zusammen als J+S Experten. In dieser Arbeit erlebe ich Eric G. als sehr engagierten und motivierenden Aikido Lehrer. Seine Begeisterung für diese Kampfkunst ist sehr anstecken und inspirierend.

Meine Erfahrung als langjährige Kinder/Jugend Aikido Lehrerin ist, dass Kinder/Jugendliche durch Aikido einen bewussteren Umgang mit ihrem Körper erlernen. Sie lernen die Regulation von Bewegung und Stille. Durch den Umgang mit anderen Trainingsteilnehmern erlernen sie Respekt, können ihr Selbstbewusstsein stärken und das Vertrauen in ihre Fähigkeiten und in ihren Körper werden geschult.

Als Aikidoka in das Ursprungsland reisen zu dürfen, vertieft die Verbindung zu der Kampfkunst.

Daher unterstütze ich die Arbeit von Eric Graf und Anaïs Gaille vollkommen. Für die Jugendlichen wird diese Reise ein Erlebnis auf verschiedenen Ebenen. Zuerst ins Ursprungsland von Aikido zu reisen, die Kultur und Landschaft zu erleben und so ein besseres Verständnis für die Rituale, die in Aikido gelebt werden, zu erlangen.

Weiter können die Jugendlichen ihre Beziehungen vertiefen und stärken, da ein so grosses gemeinsames Erlebnis sehr prägend ist.

Ich finde es unterstützenswert, dass Jugendlichen ein so großartiges Angebot gemacht wird. Ich bin mir sicher die Jugendlichen werden motivierter und selbstbewusster von dieser Reise heimkehren.

Ich wünsche den Veranstalter und Jugendlichen viel Vergnügen und gutes Gelingen bei ihrer Reise nach Japan.

Mit freundlichen Grüßen

Manuela Steinmann

Präsidentin AJS

Aikido Jugend Schweiz, Präsidentin Manuela Steinmann, praesidium@aikidojs.ch