



JODO Shinto Muso Ryu

11^{ème} stage de printemps à Fribourg (CH)



Durant le samedi 14 et dimanche 15 avril 2018 s'est déroulé le 11^{ème} stage de Judo de Fribourg. 31 jodokas, venant de France, d'Italie, d'Allemagne et de Suisse se sont retrouvés pour pratiquer durant tous le week end. Cette année, ce n'est pas un mais deux Michel(s) qui sont venus prêter main forte. Michel Ducret, qui est déjà un habitué du stage de printemps était accompagné par Coco qui est venu pour la première fois.



*Debout à gauche du shōmen : Claude, Helena, Michael, Matthias, Céline, Nathalie, Michel, Esther, Sylvia, Chris, Barbara, Jean-Jérôme, René, Claudia, Charles, Jean-Louis
debout à droite du shōmen : Luc, Yvan, Severin, Oliver (caché), John, Rolf, Roland, Matteo, Pierrick, Ursula, Konstantin, Sascha
devant : Michel n°1, moi, Michel n°2*

Le samedi matin, nous avons pratiqué les kihon sotai et mis l'accent sur les applications de ces kihons dans les katas ainsi que la prise du centre. L'après-midi, les différents niveaux ont été séparés. Coco s'occupant de plus avancés avec la série Okuden, Michel s'occupant lui de la série Kage. Je suis resté moi-même avec le moins avancés avec lesquels nous avons peaufiné la première série de katas.

Un passage de grade a été organisé en fin d'après-midi. Konstatin Mantulnikovs (du Bushido club de Fribourg) , Sacha Odin (du Bushido club de Fribourg), Roland Hausheer (du dojo Binz de Zürich) et Céline Portner (du Bushido club de Fribourg) ont réussi respectivement leur 5ème kyu, leur 2ème kyu et leur 1er dan pour les deux derniers. Félicitation à tous.



La traditionnelle fondue moitié-moitié a suivi un apéro superbement préparé par Chantal et Marie qui nous ont soignés tous au long du week-end. Merci à cette équipe de cuisine de choc.

Le dimanche matin, j'ai profité de la présence de nos 2 Menkyo kaiden pour les mettre à profit encore une fois. Coco s'est occupé d'un petit groupe travaillant le jutte et le kusarigama et Michel s'est occupé de la série Gohon No Midare.

Le dernier groupe s'est concentré pendant une heure sur les uchi komi des 3 premiers kihons en mettant l'importance sur la prise du centre. Puis les plus avancés sont venus servir de partenaires pour les moins avancés.

Le stage s'est terminé par les kihons tandoku tous ensemble au cours duquel chacun a pu mettre en pratique les corrections reçus durant le week-end.

Je tiens à remercier Michel et Coco pour leur aide au cours de ce week-end, ainsi que tous les participants.

Yves Galley