



Pour la 5^{em} année consécutive, Yves GALLEY est revenu animer un stage de Jodo à la Mulatière, dans la banlieue de Lyon, les 30 et 31 mai 2015. Il était accompagné de quelques-uns de ses élèves, nous avons aussi la visite de pratiquants venus d'un peu partout en France et en Suisse (Paris, Remilly, Bâle,...). Et en ajoutant les pratiquants de Lyon bien sûr, nous nous sommes retrouvés à 18 à pratiquer ensemble.

Le stage a commencé le samedi matin à 10h et Yves nous a présenté le thème qu'il souhaitait nous faire travailler. Il s'agissait de la notion de « Kihon », avec deux buts complémentaires

- Travailler les mouvements de base en les « dégraissant » du maximum des scories inutiles
- Retrouver ensuite ces Kihons dans la pratique des katas

Et jusqu'à 13h, nous nous sommes attaqués au premier objectif : nous avons travaillé les Kihon Sôtai en essayant d'enlever tous les mouvements parasites, les choses inutiles, etc. Les trois heures n'ont pas été de trop !

Nous avons mangé rapidement en commun (pique-nique organisé par le club, et nous étions contents d'avoir un peu d'ombre parce qu'il faisait presque trop beau !), et nous avons repris jusqu'à 18h30. Un petit rappel sur les kihon Sôtai, et nous sommes attaqués à l'objectif n°2, d'abord avec Omote, puis successivement Chudan, Ran-Aï et Kage pour les plus anciens. Pendant ce temps, tous les pratiquants qui n'étaient pas encore dans Ran-Aï ont pu travailler les deux premiers katas de la série de Tanjo-Jutsu.

Et à 18h, Yves ayant accepté d'encadrer un passage de grade au niveau du club, deux pratiquantes de Lyon, Mado et Marie-Pierre, ont passé leur 4iem Kyu.

Le soir tout le monde s'est retrouvé chez Yves et Nathalie. On a commencé par boire à la santé de Mado, qui avait amené de quoi faire, et pour la suite Yves (de Lyon !) avait préparé des spécialités alsaciennes : Roïgebrageldi (et on vous promet que même ceux qui n'arrivent pas à prononcer ont eu le droit de manger quand même !), lard et saucisses fumées. Comme d'habitude, chacun avait amené une entrée, un dessert ou de quoi boire....et on a passé une bonne soirée !



Et le lendemain, on s'est retrouvé à 9h, frais et dispos, pour les Kihons Tandokus (avec la même exigence de « dégraissage » !). Ensuite les plus anciens ont pris ken et kodachi et sont allés servir de partenaires aux plus débutants, pendant que Yves prenait un moment pour se consacrer successivement chaque personne présente (et pour les plus anciens cela a été l'occasion de travailler Gohon-no-Midare).

Et à midi c'était la fin de ce stage. Encore un passage de grade et un 4iem Kyu pour Catherine, de Paris (l'information concernant le passage de grade n'avait visiblement pas été correctement relayée la veille, et Yves a été assez sympa pour accepter de repartir pour un tour !)...Puis on a levé notre verre à la santé de Marie-Pierre, qui avait amené de quoi boire (et grignoter !)...Et chacun est rentré chez soi....Il ne me reste plus qu'à remercier tous les pratiquants de Lyon qui se sont investis pour ce stage, qui ont fait la cuisine, les courses, les inscriptions, qui ont hébergé les copains...et qui ont permis aussi permis à ce stage d'être une réussite. Vivement l'année prochaine !