

Dimanche 29 novembre a eu lieu à Sion le 1^{er} stage organisé par le groupe de Jôdô "Shûri Kosei Dôjô" créé en 2014.



Ce stage qui a réuni onze participants venus aussi des cantons de Vaud, Fribourg et Zürich était dirigé par Yves GALLEY, enseignant de la Fédération Européenne de Jôdô.

Le thème du stage portait sur le développement du "Zanshin" une forme de concentration et d'éveil qui évolue avec la progression du pratiquant : l'élève doit d'abord viser à éliminer tous les mouvements superflus dans les techniques de base puis progressivement dans son attitude mentale.

Pour l'occasion, la participation amicale de Michel DUCRET comme "assistant" de Yves a permis aux élèves de chaque niveau technique de bénéficier de conseils pointus tout au long de la journée. Ces améliorations feront l'objet du travail des semaines à venir selon le principe "Shûri Kosei", du nom de notre Dôjô, *"observer la technique, corriger et consolider le tout, puis recommencer à un niveau plus élevé"*.

La journée s'est terminée par des examens de Kyus : Yvan Prêtre 3^{ème}, Alexandre Sofia et Vagan Danieljan 4^{ème} et Bernard Ebenegger 5^{ème}.

A cette occasion, Yves GALLEY a remis à Jean-Jérôme le certificat "**Oku-Iri**" délivré par Pascal KRIEGER Sensei.

Bravo à tous pour l'engagement et la concentration tout au long de cette journée et à l'année prochaine.

Jean-Jérôme PILLET