

4^{ème} Gasshuku SMR Jodo avec Sergio Dieci à Padova (Italie) 12-13/11/2011

Le *shomen* calligraphié par Sergio pour le quatrième Jodo Gasshuku à Padov était "*Kei Soku wo Chikara nan*" ("la puissance découle de la continuité"), un thème qui peut avoir de nombreuses applications, non seulement dans les techniques du *Budo*, mais aussi dans l'attitude de chacun envers la pratique et le *Dojo*.



Préparation du *shomen*

Trente personnes sont venues participer au stage lequel continue à être "international" grâce à la participation de Patrik Orth de la République tchèque. Le groupe a été divisé comme suit: 20% de débutants, env. 35% en Omote, env. 15% en Chudan et le reste dans les séries supérieures. Lorenzo Trainelli du Seiryukan Monza a aidé Sergio tout au long du stage.

Le premier matin a commencé avec les *kihon tandoku* et il a été réservé ensuite entièrement à *uchikomi* (les quatre premiers bien connus), en prenant soin aux aisselles (il faut les garder aussi serrées que possible pendant le mouvement), à la direction (angle et profondeur) et à la hauteur de la coupe (jusqu'au niveau du genou de l'adversaire), au rôle de la main de derrière durant la coupe et au contrôle du *kikentai* (notamment pour *makiotoshi*). L'entraînement s'est terminé avec des centaines de *hikiotoshiuchi* répétés pour garantir la continuité du mouvement (et pour essayer de découvrir la puissance venant de ce mouvement plutôt que d'autres mouvements). Cet exercice a été repris l'après-midi avec des coupes consécutives en avant et en arrière entre deux *uchidachi* alignés. Ensuite, nous nous sommes entraînés au rôle « neutre »

d'*uchidachi* avec les trois mouvements « *kuri* » qui ont été exécutés dans un ordre aléatoire par *shidachi*. Ce genre de pratique a été très utile, permettant ainsi de souligner des fautes souvent commises par *shidachi*. Une obscurité croissante (à cause d'une panne d'électricité dans la salle de gym) nous a accompagné jusqu'à la fin de l'après-midi pendant lequel nous nous sommes concentrés sur le travail de différentes séries de *kata*, y compris *juttejutsu* pour les avancés.

Le matin du deuxième jour a commencé avec *kenjutsu suburi* de *Aisuri (sa/yo)* dirigé par Sergio et les *senpai*, suivi d'une étude de *kesagiri* avec *hohanmi* et *gyakuhanmi*, et cela aussi bien pour la coupe que pour la réception.



Démonstration *Aisuri*

Après une série de *kihon tandoku* une première session d'examens pour le 5^{ème} kyu a été proposée : Alessio, Davide, Giulia et Nazmie avaient réussis et sont maintenant bienvenus dans le *Ryu*. Pendant le temps restant du matin, un groupe s'est adonné à des séries spécifiques, des *kihon* jusqu'à *chudan-ranai*, avec l'assistance des *senpai*, alors que les plus avancés se sont consacrés aux séries supérieures. Le travail a continué pendant l'après-midi sous la férule de Lorenzo pour la préparation des examens aux 3^{ème} et 2^{ème} kyu que les trois candidats ont passé avec succès (Marzio, Silvia et Luca). Finalement, Sergio nous a fait répéter toutes les séries, y compris *Kage*, *Gohonnomidare* et *Okuden*.



Quelques visages heureux (*Okuiri* et plus)

Comme d'habitude, un travail intense, la convivialité et l'amitié ont caractérisé cet événement. Espérant de vous revoir bientôt,
Maria Rosa



Pour plus de photo, consultez <http://www.tsukikage.it/photos/20111112/album.php>