



Le club Isshin Keiko a eu le plaisir de recevoir en stage M. Ducret pour la première fois. Michel est venu avec Jean Jérôme, le groupe de Levallois a comme d'habitude répondu présent ainsi que Corinne et Gérard.

Michel a proposé, pour tous, un travail de fond avec les 6 premiers Kihons, précisant des éléments importants pour bien structurer le corps, avoir un bon angle de couple et un bon tenouchi.

Ensuite un travail approfondi, sur les différentes entrées Chudan, nous a permis d'améliorer l'exécution des katas. Tao notre débutant a été pris en charge tout au long du stage par tous les pratiquants et a pu bien progresser.

En kenjutsu sur le thème de Maki-Otochi Michel nous a montré différents exercices permettant d'améliorer la compréhension de ce principe.

Tandis que les pratiquants dans Chudan travaillaient leurs katas, les plus avancés ont pu revoir Ran-ai avec l'apport de nombreux détails.

Enfin Gérard, Catherine, Corinne et Jean Jérôme ont bien travaillé les premiers katas de Kage avec les corrections et précision de Michel.

Le stage a permis à trois pratiquant de réussir brillamment leur passage de grade :

Bravo à Paul (1^{er} kyu), Olivier (2^{ème} kyu) et Tao (5^{ème} kyu).

Grand merci à Michel et Jean Jérôme pour leur bienveillance et leur dévouement.

On espère vous revoir bientôt

Catherine