

Stage de fin de saison

Hommage à Tamura sensei et à Madame Tamura

Nîmes – 25/06/2022 (après-midi)

Clubs présents : Judo Club du Gard, Sanilhac-Sagriès, Vergèze, Saint Privat des Vieux, Milhaud, ANSD – Nîmes, Aïki-Tanren Montpellier, Gignac, Lodève, Clermont l'Hérault, 1 club FFAAA (Aïkido Domitia).

Nombre de participants : 26.

Niveaux des participants : du 5^e kyu au 6^e dan.



Lors de la Commission Technique du matin ont été choisis les intervenants suivants : Jacques Lecomte, Christian Janssen et Emmanuelle Ranchoup, afin que chacun fasse 50 minutes de cours pour ce stage spécial de fin de saison en hommage à Maître Tamura et Madame Tamura.

- **Intervention de Jacques Lecomte :**

- Préparation
- Travail sur Katate Dori, avec deux formes pour prendre le centre d'Aïte (faire venir, ou entrer) : pratique sur ce principe puis déclinaisons techniques (Kokyu Nage, Irimi Nage, notamment).

- **Intervention de Christian Janssen :**

- Travail sur Aï Hanmi Katate Dori avec Tenkan pour mettre Aïte en mouvement et sur la coupe à partir du coude : travail du principe et déclinaisons techniques (Ikkyo, Irimi Nage, Kote Gaeshi en amenant au sol) ;
- Suwari Waza Kokyu Ho pour finir, en obligeant Aïte à se relever dans une situation « contrainte », en le suivant.

- **Intervention d'Emmanuelle Ranchoup :**

- Exercices seul avec le Ken : coupes Shomen à une main puis deux mains, travail sur Wa no Tachi à une main puis deux (conscience de l'axe et de la coupe à partir du coude).
- Exercices en Ken taï Ken pour travailler la relation avec le partenaire dans le temps (gestion du Ma Aï et du concept d'harmonie) : Irimi, coupe au poignet puis retour, Wa no Tachi, coupes au ventre, et Jyu Waza pour finir en maintenant la « pression » sur le partenaire qui doit se replacer (penser un seul mouvement globalement et pas plusieurs à la suite).

Des remerciements en fin de stage ont été exprimés à tous les stagiaires pour leur présence ce jour, à tous ceux qui ont soutenu les activités sur cette année encore particulière, en espérant que la prochaine soit plus « classique » et apporte encore plus de fréquentation dans les clubs et les stages.