

**Compte rendu du stage Jeunes**  
**19 novembre 2022 – Kimusubi Aïkido Club Gignac**  
**Intervenants : Hervé Breton**



**Clubs représentés :** Bédarieux, Caux, Clermont l'Hérault, Gignac, Lodève, Perpignan et Servian.

**Participants :** 35 enfants dont 3 parrainés

**Professeurs encadrants :** Alexandre Gesp(Bédarieux), Gérald Sacquet(Caux), Alamo Alain(Perpignan), Le Fur Jacques(Lodève), Jonhatan Mas(Gignac).

Ce stage a également permis, grâce au soutien de la FFAB avec le système de parrainage, de faire participer d'autres enfants et adultes.

Le but de cette démarche étant de faire découvrir notre discipline au plus grand nombre.

Les répercussions ont été immédiates, puisque certains d'entre eux promettaient déjà de s'y mettre très vite.

► Après une préparation issue de celle de Maître Tamura basée sur la respiration et d'exercices cardio-respiratoire et ostéo-articulaire, nous enchaînons sur une introduction aux Ukémis (roulades arrière etc...). Il est proposé plusieurs formes :

- A partir de la position Gyaku hammi, Tori avance la jambe, Aïté recule la sienne pour faire kokkyu nage, et mise en application des ukémi.

- Puis, Soto Kaiten nage directement, avec l'accent sur contrôle de la tête et la coupe.

Ensuite, même proposition (position Gyaku hammi) mais en appliquant Uschi kaiten nage, Ikkyo, Sankyo ,irimi nage, Kote gaëshi.

► Nous poursuivons pour le temps qui nous reste (1/2 heure) avec ryote dori kokkyu ho ainsi que tenchi nage.

L'enthousiasme général était présent tout au long de cet après-midi.

Le traditionnel goûter a été offert aux enfants ainsi qu'un apéritif pour les adultes.

Encore merci à toutes et tous pour leur participation active à la pleine réussite de cet évènement. Merci également à Jean-Claude pour son investissement et au club de Gignac pour son accueil et sa générosité.

**Hervé BRETON**