

**Compte-rendu
Préparation grades Dan du samedi 9 novembre 2024
A Sauvian de 9h00 à 13h00**



Intervenants : Gérard Nicolaï 6^e dan (Judo Club du Gard) , Erick Lucat 5^e dan (Aiki Tanren)

Membres de la Commission Technique présents : Serge Cruz 6^e dan, Hervé Breton 6^e dan, Jacques Lecomte 6^e dan

Nombre de pratiquants présents : 28 personnes

2 ^e kyu	1 ^{er} kyu	1 ^{er} dan	2 ^e dan	3 ^e dan	4 ^e dan	5 ^e dan	6 ^e dan
3	8	5	6	3	0	0	3

Clubs représentés : Minami Aikido Béziers, Judo Club du Gard (Nîmes), Aikido Roussillon (Perpignan), Aiki-Tanren (Montpellier), Kimusubi Aïkido Club Gignac, Aïkido Roussillon, Arts Martiaux Lodévois, Académie Nîmoise de Self Défense, Aïkido Club de Caux, Aïkido Sauvianais, Minami Aïkido Servian, Montpellier Université Club, Aïkido Club Saint Privaden, Aïkido club Villeneuvois
Extérieur au CID :Fare Les Oliviers (Provence)

▶▶ Eric a débuté la séance par une préparation complète du corps et de l'esprit de la pratique.

▶▶ Nous avons commencé par un travail en Suwari Waza Ikkyo Omote-Ura puis Irimi Nage.

J'ai observé qu'autant dans la préparation que dans l'exécution des techniques demandées, les fondements Irimi et Irimi Tenkan n'étaient pas visibles. Les stagiaires se déplacent sans sortir de la ligne d'attaque.

Les déplacements sont sans doute compris, mais très peu appliqués dans la dynamique d'exécution.

▶▶ Nous avons proposé le même travail en Tachi Waza et remarqué le même problème.

Je les ai questionnés sur les fondations de notre pratique, il apparaît que la plupart n'en ont pas connaissance donc...

A la suite d'une pratique au Tanto et au Jo nous avons observé que peu de stagiaires utilisaient les armes dans leur dojo alors qu'ils sont essentiels en aikido.

L'étude des armes (Ken-Tanto-Jo) rend le travail à mains nues beaucoup plus clair, il est compliqué d'exécuter une technique hors de son centre avec un Ken.

▶▶ Nous avons ensuite proposé une mise en situation de passage de grade de plus ou moins 20 mn.

Peu de pratiquants sont prêts pour le 1er, 2ème voire même 3ème Dan : trop de lacunes techniques.

Le constat est évident, la plupart des pratiquants ne s'entraînent plus autant entre deux grades. Peut-être faire parvenir aux professeurs les fondations : Shisei-Kokyu-Kamae-Ma Ai-Irimi-Tenkan-Ura Omote- Tai Sabaki- Atemi-Kokyu Ryoku.

Cependant, nous avons apprécié Eric et moi un gros travail physique de leur part et une bonne ambiance. Même si l'objectif n'a été que partiellement atteint, tous les stagiaires sont rentrés dans l'étude réclamée.

Merci à Estelle Reymond et à Gilbert Clerc pour l'accueil au dojo de Sauvian, tout été parfait.

Gérard Nicolaï..