



◆ A.M.I.E. ◆

Arts Martiaux Internes et Externes

23, rue de la Sourdière 75001 PARIS ☎01.42.60.91.63 (répondeur)

e-mail : amieartsinternes@free.fr site :<http://www.amie-asso.org>

ou multimania.com/amieartsmartiaux

5^{ème} année – N° 23

10 mars 2002

EDITORIAL



馬 馬 馬 馬 馬

Bienvenue à tous dans la nouvelle année du cheval d'eau. Le serpent métal nous a quittés et ne reviendra que dans douze ans en 2013. Pour ceux qui ne connaissent pas bien les cycles de l'horoscope chinois, sachez que chaque signe représenté par un animal est associé, durant un cycle de 60 ans, à l'un des cinq éléments chinois : le feu, la terre, le métal, l'eau et le bois. Depuis le 12 février 2002 nous sommes donc entrés dans le cheval d'eau et dans l'année 4700. Pour en savoir plus sur ce signe, je vous invite à lire l'éditorial de notre ami Georges Charles que vous retrouverez sur le site : www.tao-yin.com

A cette occasion, nous avons prévu un dîner avec les adhérents qui partiront à Pékin du 26 avril au 10 mai. Nous avons rencontré notre correspondante à Pékin, Béatrice, qui était accompagnée d'une jeune étudiante en Ethnologie, Alexandra, qui fait des recherches sur la calligraphie chinoise. Toutes les deux ont profité de ce repas pour étudier les noms chinois de nos futurs stagiaires, signe distinctif pour nos professeurs chinois à Pékin. Tout en dégustant un bon repas typiquement chinois, beaucoup de questions ont

été posées à Béatrice sur les coutumes, l'ambiance et autres détails concernant nos 15 jours de vie pékinoise.

Certains adhérents nous ont demandés de participer à ce voyage. Ce premier voyage expérimental en Chine ne concerne que 10 personnes qui sont en partie des représentants du bureau. En effet, nous souhaitons faire une première approche de ce stage, pour affiner certains points de l'organisation en vue d'une nouvelle expérience, en octobre 2002 ou en mai 2003.

Pour tous ceux qui se sentent un peu frustrés pour ce premier voyage, si tout se passe comme souhaité au cours de ce coup d'essai, ne vous inquiétez, pas nous renouvellerons l'opération.

Depuis la dernière gazette, nous avons organisé deux stages. Vous lirez les commentaires très instructifs de notre ami Frank. J'ajouterai que pour ceux qui avaient participé au précédent stage de Kenji Tokitsu, il était très intéressant de constater la grande évolution de ce maître qui dans sa

longue voie de recherches prend en compte l'évolution de son corps et ses connaissances. Il n'a eu de cesse de nous dire que cette présentation du Tai ji quan de combat qu'il pratique n'est qu'une synthèse de ses recherches et continuera à évoluer. Merci encore à Kenji Tokitsu, nous continuerons à le suivre dans sa voie. Il était très intéressant de constater la grande évolution de ce maître qui, dans sa longue voie de recherches, prend en compte l'évolution de son corps et ses connaissances. Il n'a eu de cesse de nous dire que cette présentation du Tai ji quan de combat qu'il pratique n'est qu'une synthèse de ses recherches et continuera à évoluer. Merci encore à Kenji Tokitsu, nous continuerons à le suivre dans sa voie.

Le deuxième stage qui s'est déroulé à Orly concernait l'apprentissage du Chanbara. Le lieu et le début des vacances de février, ne nous ont pas été favorables et vous n'avez pas été très nombreux à y participer. Nous allons réfléchir à une date plus appropriée pour la saison suivante.

Je renouvelle mes impressions sur cette pratique que je considère être une approche formidable de pédagogie pour tous les arts martiaux de combat. Puisque le thème de l'insécurité est devenu l'un des « maux » ou « mots » à la mode (pardon ça m'a échappé), voilà une pratique à développer dans les écoles. Pour une fois que les enfants pourraient avoir l'occasion d'exprimer leur dépense d'énergie souvent violente par une pratique, sécurisante, ludique et défoulante profitons-en. Pour nos amis professeurs de karaté, kung fu, ninjustu, aikido ou autres, je vous assure que l'enseignement et la pratique de cette discipline est un vrai bonheur.

Comme nous étions peu nombreux, le stage n'a duré qu'une matinée, mais nous pouvons vous assurer qu'après une telle séance, vous n'avez plus envie d'exercer une quelconque agressivité sur qui que soit. Puisque nous sommes dans une période de remerciements, je tiens à donner un César d'honneur à nos amis Jacques Fonfrède et Francis Braillon pour leur accueil et leur volonté à développer une pratique qui en vaut la peine. Nous sommes à votre disposition pour vous communiquer tous les renseignements utiles pour découvrir et enseigner le Chanbara. Jacques Fonfrède organisera des stages pour des enseignants d'arts martiaux, nous vous communiquerons les dates de ces interventions. C'était ma petite rubrique « coup de cœur ».

Sur ce tatami de compliments, je vous souhaite une bonne pratique.

Michel LEROY

Stage de Tai Ji Quan martial
Animé par Kenji Tokitsu
Le 13 janvier 2002

L'Apprentissage Martial d'un Inconnu venu de l'Extérieur

Ca y est, le jour J est enfin arrivé. J'en avais entendu parlé au cours de différents stages à Saint-Malo et dans la région parisienne. Tout le monde me disait : « surtout, s'il y a un stage à ne pas louper, c'est bien celui-ci ». Donc, j'y étais, ou plutôt nous y étions, car après être allé chercher mon amie en provenance du sud de la France, nous étions là, dans la capitale. Paris était en train de se réveiller tout doucement, et un groupe de courageux était déjà présent à l'entrée du gymnase. Je me suis rendu compte, que ce stage allait regrouper divers pratiquants dans diverses disciplines et de tous âges. Au programme de cette journée, Tai Chi de Combat sous la direction de Senseï Kenji Tokitsu. Mes connaissances en T C C n'étaient que littéraires, et en ce qui concerne S K T ce n'est que par l'intermédiaire des revues spécialisées que j'avais fait sa connaissance. Mais là, grâce à AMIE, j'allais pouvoir découvrir ce MONSIEUR et cette discipline.

Il était là, dans un coin du gymnase faisant son échauffement. Mon impression fut celle de voir un félin, et au cours de la journée, je me suis vite rendu compte que ce n'était pas qu'une impression. En temps que jeune pratiquant, je me suis toujours fait une idée bien précise d'un maître d'arts martiaux, mais quand on passe de la lecture à la réalité, le fossé est énorme. Il était là devant nous, et il dégageait une force que je ne pouvais expliquer.

La journée passa à une vitesse folle. Entre les échauffements, les techniques de frappes, les déplacements, et la circulation de l'énergie en partant de différents points de notre corps, on a pu découvrir en quelques heures la richesse que pouvait apporter cet art et ce maître ; richesse aussi bien sur l'efficacité que sur le bien être. Efficacité, car toutes les techniques utilisées ont été « testées et approuvées » par S K T. Bien être, car chaque position est effectuée de telle sorte que le corps puisse donner son maximum sans pour autant que cela soit néfaste à long terme. Pour ma part la position ZEN KUTSU DACHI en shotokan restera un très bon exemple pour ces deux critères. Tout au long de cette journée S K T, nous a expliqué ce qu'est le T J C. Ce n'est pas une copie « d'autres Arts », mais une synthèse de ses connaissances et l'expérience de sa vie, qui lui ont permis de développer son propre style. Il est à chacun de trouver dans l'enseignement de « son Art Martial » l'efficacité mais aussi le bien-être ; ces forces qui nous permettent d'évoluer. Pour terminer ce stage en beauté, S K T nous a fait une petite démonstration en nous présentant un de ses kata. Je le résumerai en quelques mots : insaisissable et impressionnant par sa précision et sa rapidité d'exécution. Voilà, cette journée n'a pas été une journée comme les autres, j'aurais pu détailler beaucoup plus ce que j'ai vu, ressenti et appris, mais, je préfère que vous puissiez juger par vous-même lors d'un prochain rendez-vous.

Franck DESFORGES



INFOS, INFOS, INFOS

Stage de YOGA
IYENGAR animé par
Jacques Vieillard les 6
avril et 1^{er} juin 2002 en
½ journée (à confirmer
dates et lieu)



16ème stage d'arts martiaux Adolescents – Adultes organisé par S. K. D. (PARIS 12°) agréée Jeunesse et Sports 75S9303, subventionnée par le FNDS et Paris
KARATE-DO ,JU-JITSU CHANBARA

Été 2002 Ile et Vilaine SAINT-MALO du 26 au 31 août
Eric CANDORI, Professeur breveté d'État 1er degré, BEESAPT, 2ème dan Ju-Jitsu, ancien international
Abdou FEKKAK, Professeur breveté d'État 1er degré, 5ème dan Karate Shôtôkan, ancien international
Jacques FONFREDE, Professeur breveté d'État 2ème degré, 5ème dan Kendo et Chanbara, expert de Karate Shôtôkai
Abdé JOUDANI, Professeur breveté d'État 1er degré, BEESAPT, 4ème dan Karate Shôtôkan, ancien international
Jacques VIEILLARD, Professeur breveté d'État 3ème degré, 3ème dan Shôtôkan, formateur d'éducateurs sportifs

Lieux d'entraînement Plage, forêt, dojo.

Thèmes, Activités annexes

Travail par ateliers de niveaux (débutants acceptés) : Tir à l'arc,

Kata, tennis, bunkai (applications des Kata), équitation, combats conventionnels, rythme, vélo, étirements, golf, stabilité, respiration..., randonnée pédestre.

Préparation physique et mentale. Projections vidéo sur thèmes particuliers.

Initiation gratuite au Yoga et au Tai Chi Chuan. Possibilité de se joindre ponctuellement à un stage de Kendo.

SÉJOUR KARATE-DO / JU-JITSU / CHANBARA

Programme d'une journée type (modulable en fonction de l'ensoleillement)

8h15 - 9h00 : Yoga / Tai chi chuan (éventuellement)

10h15 - 12h15 : Karate-do / Ju-Jitsu (travail par ateliers)

17h15 - 19h15 : Karate-do / Ju-Jitsu / Chanbara

Coût (par personne)

1) Centre de Rencontres Internationales auberge de Jeunesse « Patrick Varangot »
Hébergement en chambre de 4 personnes avec sanitaires et demi-pension avec animation 12 / 17 ans + de 18 ans Individuel 251 euros (1646f) 275 euros (1803f)
2 membres de même famille 252 euros (1652f) 260 euros (1704f)
Hébergement sans stage 185 euros (1213f) 221 euros (1449f)

2) Hôtel FORMULE 1 (hébergement seul - chambre de 1 à 3 personnes) environ 26 e/nuit

3) Camping des « Chevrets » 35350 Saint Coulomb jouxtant la plage de La Guimorais

Stage sans hébergement 92 euros (603f) 114 euros (747f)

Bons-vacances et chèques-vacances acceptés; stage enregistré Jeunesse et Sports 075-AD-0345-EA-00.

Arrivée le 25 août pour le dîner, départ le 31 août après le déjeuner. Possibilité de compléter des voitures au départ de Paris.

n.b.: licence FFKAMA ou FFJDA de la saison en cours indispensable ou assurance individuelle

Renseignements Shotokan Karate-Do 01 44 67 77 69 (veuillez laisser des coordonnées sur le répondeur)

Date limite d'inscription : 15 juin 2002 Attention ! Seulement 30 places disponibles

FICHE D'INSCRIPTION

à retourner avant le 15 mai 2002 à Shotokan Karate-Do - 89 rue de Reully, bât. 9 - 75012 PARIS accompagnée d'un chèque de 153 euros à titre de réservation à l'ordre de SKD (association agréée J et S n°75 S 93 03), d'une enveloppe timbrée et pré-adressée pour la confirmation de votre réservation. Un reçu vous sera adressé sur simple demande.

Nom : Prénom : Grade : Style :

Adresse :

Téléphone : Date de naissance :

Problème(s) de santé : Motivation :

J'ai connu ce stage par : Nom de mon professeur :

n.b.: Les arrhes versées resteront acquises à SKD pour tout désistement intervenant moins d'un mois avant le départ. Le versement du solde sera demandé vers le 28 juin 2002.