



Tenshin LA VOIX 天心

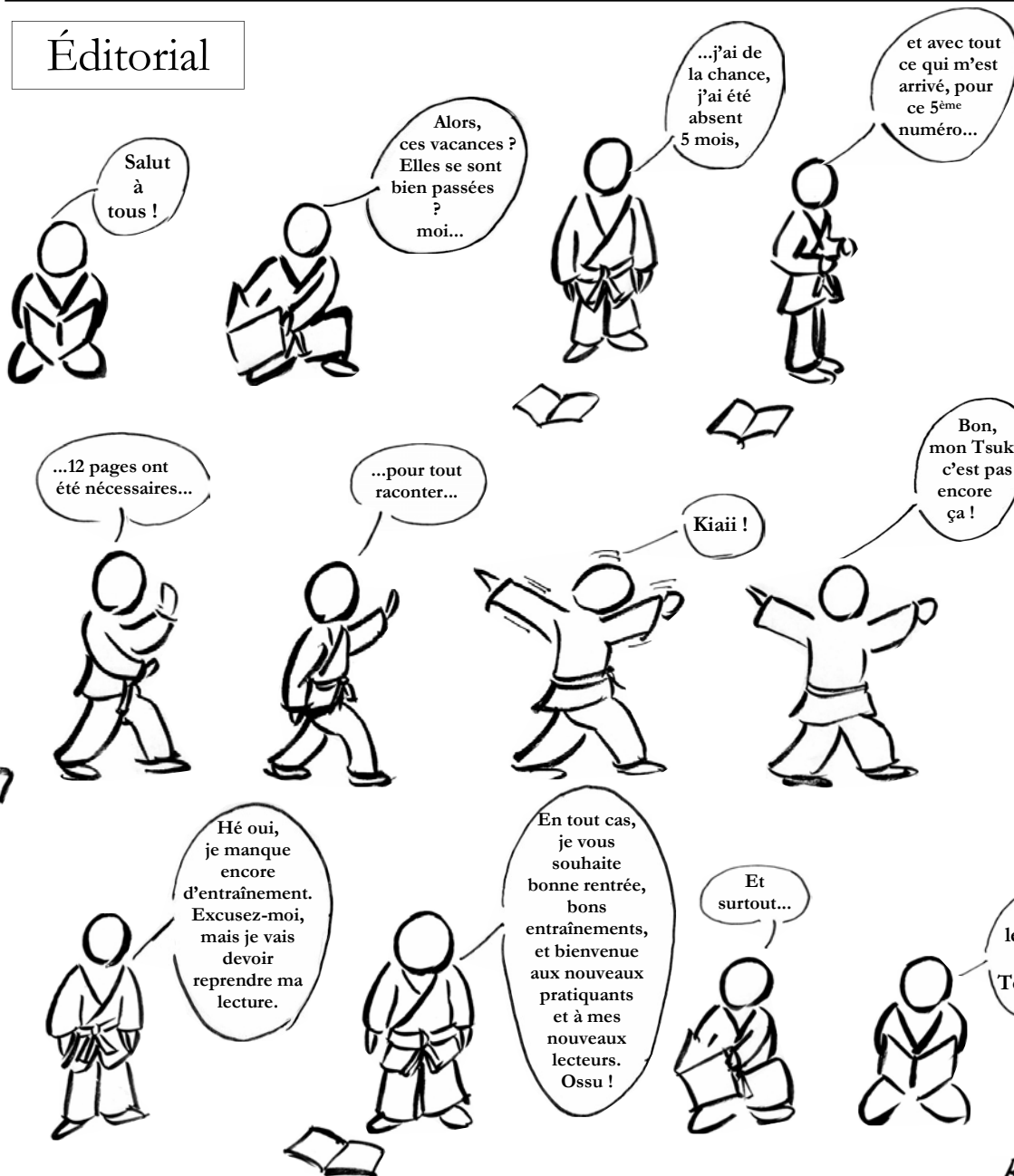
DU NANBUDO

Numéro 5



septembre 2000

Éditorial



SOMMAIRE

Éditorial	1
AFDP Nanbudo	
Morale, éthique et déontologie...	
En quoi s'appliquent-elles au sport en général?	2
Plage-Nanbudo-baignade	2
Vive l'A.F.D.P. Nanbudo!	3
FFKAMA	
La partie spécifique du BEES 1 ^{er} degré option karaté et arts martiaux affinitaires	4
Karaté-Jutsu	4
WNF	
Un Français Champion du Monde!	5
Stage haut en couleurs	5
PLAYA DE ARO 2000	6
Bréviaire du débutant :	
Comment faire un Nanbu Tsuki	7
Épique démonstration à Vaison la Romaine	8
Femmes, foot et f... nanbudo	8
Nanbudo au Féminin	9
Hommage à Guillaume Detroyat :	
Un passionné des arts martiaux	10
Histoire des arts martiaux	
Deuxième partie :	
la naissance du karaté	11
Jeu des 7 erreurs	12
Calendrier de la saison 2000-2001	12
Site AFDP, site Tenshin	12

Comité de rédaction :
Romain Larguier (rédacteur en chef),
Isabelle Amiel,
Antoine Vanhée.

Pour écrire à Tenshin :
Tenshin
c/o Romain Larguier
24, avenue Victor Hugo
92220 BAGNEUX
Email :
tenshin@nanbudo.asso.fr

Morale, éthique et déontologie... En quoi s'appliquent-elles au sport en général ?

En surfant sur le web, vous pouvez visiter le site de l'AFSVFP (l'Association Française pour un Sport sans Violence et pour le Fair Play).

Créée par le Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF), le Comité Français Pierre de Coubertin et diverses associations sportives, elle a pour but :

- de protéger le sport contre toutes les formes de violence et de tricherie ;
- de défendre l'éthique sportive et de promouvoir l'esprit sportif et sa manifestation essentielle : le fair-play ;
- d'éviter les effets pervers de toute utilisation détournée des valeurs de l'esprit sportif.

Cette association diffuse un Code d'éthique sportive ("Qui joue loyalement est toujours gagnant") et un code du sportif.

Sur internet, on trouve également :

- la Charte européenne du sport ;
- la Charte européenne contre le dopage dans le sport ;
- la Charte européenne du sport pour tous.

Ces textes (adoptés en Conseil des Ministres) et ceux de l'AFSVP, comme bien d'autres (Charte olympique...) sont utiles à connaître et nous concernent en tant que pratiquants d'une discipline sportive.

Ils ont une valeur éducative certaine, notamment dans l'enseignement aux enfants qui ont besoin de repères clairs. L'AFSVP prend cependant soin de distinguer l'éthique sportive, qui porte sur les conditions mêmes du jeu (fair play...) de l'éthique dans le sport qui est d'abord l'affaire de chaque personne au sein de la collectivité. En effet, les efforts faits pour définir par écrit des règles de comportement communes ne nous épargnent pas le devoir d'une réflexion personnelle sur nos valeurs et notre ligne de conduite, bref, sur notre éthique propre. L'éthique est donc une notion que l'on ne peut enfermer dans un texte car elle est éminemment mobile et doit s'adapter à chaque situation nouvelle.

Peut-on définir un "code moral du Nanbudoka ?" Envoyez-nous vos réponses et lisez, dans le prochain Tenshin, les avis qui nous auront été envoyés... et le nôtre !

Plage-Nanbudo-baignade

Le problème des stages comme celui de Bompas, c'est que c'est vraiment très loin pour certains nanbudokas ! Par contre, il faut bien avouer que nous avons apprécié à sa juste valeur l'alternance plage-Nanbudo-baignade. Si certains d'entre nous ont trouvé l'eau très bonne, d'autres ont viré jaune tellement ils avaient froid (ce que c'est tout même que d'avoir l'esprit de contradiction !!!) ou ont affecté de ne pas nous connaître (quand on est connu dans le coin, on fait gaffe à ses fréquentations !!!)

Comme une partie du stage s'est articulée autour de Ki Nanbu Taiso, nous en avons profité pour le travailler sur la plage après l'entraînement.

Au dojo, nous avons également travaillé un Randori avec saisies, avec en prime quelques saisies au nom exotique comme "le bras de la mariée" appelé ainsi pour sa ressemblance avec ce à quoi vous pensez.

Le dimanche, nous avons étudié le Maaï (la distance) en l'appliquant sur Ju Maaï Renshu.

Puis, nous avons été divisés par groupes de niveau : jusqu'à la ceinture orange, nous avons révisé Ikkyoku, et les gradés ont travaillé autre chose... mais comme j'étais déjà bien occupée, je serai bien incapable de vous dire ce qu'ils ont fait.

Pour finir, nous avons épiluché Shihotaï Tsuki, en insistant sur la respiration.

Nous avons tous beaucoup aimé ce stage.

Au fait, vous qui habitez Bompas, ne pourriez vous pas mettre la mer dans vos bagages en venant faire des stages en Région Parisienne ?

Véronique Montagnac

Vive l'A.F.D.P. Nanbudo !

Si vous n'avez pas eu la chance de pouvoir assister à L'Assemblée Générale de l'A.F.D.P. Nanbudo (Association Française pour le Développement et la Promotion du Nanbudo) qui s'est tenue le 20 mai 2000 à Bompas, vous devez mourir d'envie de savoir :

- Qui était là ?
- Qu'est ce qui s'est dit ?

Je vous fais un rapide résumé. (Veinard !)

En chair et en os : les clubs d'Albion, Bagneux, Bompas, Creil, Orsay, étaient présents.

De tout cœur avec nous, se sont excusés : les clubs de La Bajatière et Échirolles (Grenoble), Château-Renault, Monistrol, Saint Laurent.

En vrac nous sommes tous très fiers :

- de la participation d'une équipe française à la Coupe du Monde de Nanbudo et la victoire de Christophe Molina en junior ;
- du succès, de la régularité de parution et la qualité de votre journal préféré ;

- de la grande classe du site Tenshin et de l'intérêt de celui de notre association ;
- de la réussite de Jean-Luc Rubio au B.E.E.S. 1^{er} degré, du courage de ceux qui se sont formés cette année au Tronc Commun (6 personnes et du succès au D.I.F. d'Isabelle Collomb, Manu Erb, Philippe Polixène ;
- de l'ouverture de nouveaux clubs (Creil, Saint-Laurent, Château-Renault) ;
- du programme d'activités de la saison passée (Stages nationaux et internationaux, démonstrations et compétitions) et celui déjà élaboré pour la saison à venir.

Un gros souci : les difficultés du Club de Monistrol : déménagement du responsable Frédéric Leydier.

Un petit souci : l'établissement d'un programme de grades F.F.K.A.M.A. qui convienne à tous.

Isabelle Amiel



**À l'A.G.,
on a aussi
discuté du
futur logo de
l'association, dont
voici un spécimen.
Toutes autres
propositions seront
les bienvenues.
Envoyez-les à
l'A.F.D.P.
Nanbudo.**



La partie spécifique du BEES 1^{er} degré option karaté et arts martiaux affinitaires

La formation au DIF, dispensée par les ligues FFKAMA vaut préparation au spécifique. Il y a aussi parfois des sessions de préparation nationale au spécifique, pour les personnes déjà titulaires du DIF. Renseignez-vous auprès du siège de la fédération.

Il est également possible de se présenter en candidat libre. Cependant, tous ceux qui en ont la possibilité matérielle auront intérêt à suivre la formation au DIF, non seulement pour bien se préparer à l'examen, mais aussi, pour le plaisir des rencontres et échanges avec les pratiquants et formateurs des autres disciplines de la fédération.

Le contenu de l'examen :

A – Épreuve générale (coefficient 4)

- 1 – **Écrit** (durée : trois heures ; coefficient 2)
Deux sujets à traiter (1h30 par sujet). L'un d'ordre général, l'autre plus technique.
- 2 – **Oral** (préparation 30 minutes ; exposé 30 minutes ; coefficient 2)

Quatre questions portant sur :

- l'environnement socio-économique et juridique de la discipline ;
- l'enseignement et la pratique de la discipline ;
- les statuts et les structures de la fédération délégataire de la discipline ;
- la réglementation sportive de la fédération

délégataire de la discipline : compétitions, arbitrage.

B – Épreuve pédagogique (coefficient 4)

- 1 – Présentation et conduite d'une séance portant sur la pratique de la discipline.
(préparation : une heure ; présentation : 20 minutes ; coefficient 3)
- 2 – Entretien avec le jury
(15 minutes ; coefficient 1)

C – Épreuve technique (coefficient 4)

Le candidat titulaire du DIF peut être dispensé de cette épreuve. Il faut en faire la demande écrite lors de l'inscription.

- 1 – Kata (coefficient 2)
- 2 – Assaut à thèmes définis par le jury
(coefficient 1)
- 3 – Assaut libre (durée 2 minutes ; coefficient 1)

Pour avoir l'examen, il faut avoir une moyenne générale d'au moins 10 sur 20. Une note inférieure ou égale à 6 sur 20 sur l'un des trois modules (A, B ou C) est éliminatoire.

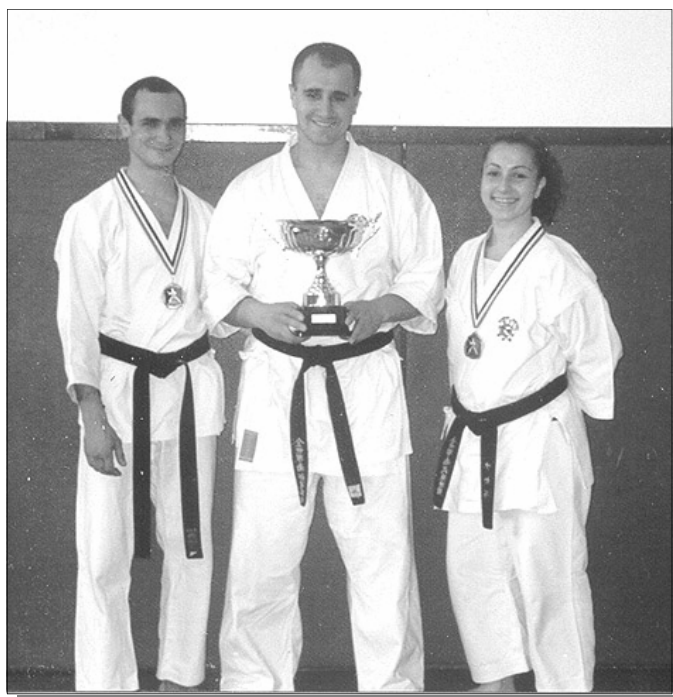
En cas d'échec à l'examen, on peut conserver les notes des modules A, B ou C qui seraient supérieures à la moyenne et ne repasser que celles inférieures à 10 sur 20.

Karaté-Jutsu

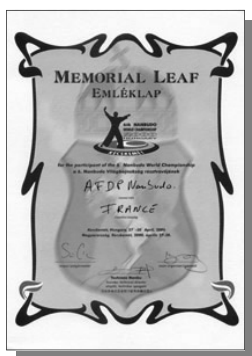
Nassera Yaïche et Messaoud Ouadah vice-champions de France 2000 de Karaté Jutsu.

Le 15 avril 2000, au dernier Championnat de France de Karaté Jutsu, les supporters du Nanbudo Club de Saint-Denis n'ont pas manqué une nouvelle fois de laisser éclater leur joie. Tamtams et youyou ont résonné dans la salle du stade Pierre de Coubertin, saluant ainsi la victoire de Nassera Yaïche et de Messaoud Ouadah.

Djamel Ben Maamer, leur entraîneur, peut être fier d'eux. Fier aussi de la relève qui se prépare : pour leur première participation, Saïche Hakim et Messaoud Kacimi sont arrivés 6^{èmes} dans leur catégorie.



Un Français



Bravo à tous, qui se sont comportés avec brio, et mention spéciale à Aline Marquèze-Pouey, qui frôle la troisième place en Ju Randori Open, et Christophe Molina, Champion du Monde Kata Junior.

Non sans fierté, nous vous présentons la délégation française, qui a participé aux Championnats du Monde en Hongrie.



De gauche à droite : Stéphane, Jean-Baptiste, Aline, Doshu, Christian, Christophe, Jean-Luc.

Stage haut en couleurs

Aïe !!!
mes genoux
!!!

Pour ce week-end de Pentecôte, au pied du Mont Ventoux, sous la direction du Grand Monsieur, un certain nombre de bonhommes et de bonzes femmes tout habillés de BLANC.

Et je vous prie de croire que ce n'était pas pour jouer à la pétanque en buvant du JAUNE !!!

Bien que proche d'ORANGE, les autochtones étaient VERTS que leur beau ciel de Provence ne soit pas toujours BLEU .

Dans la langue populaire, cela s'appelle se faire faire MARRON, pourtant personne lors de la soirée de samedi soir par dépit ne s'en mit NOIR (sic).

Quant aux spectateurs, il n'y en eu aucun, pas besoin de ruban ROUGE et BLANC pour les contenir.

Et tous les pratiquants par leurs efforts furent ROUGES sous la sueur.

(Et les genoux on les oublie ? !)

Aïe !!!
mes genoux !!!

Luc Marchiantti

PLAYA DE ARO 2000



le travail

Cette année, sous le soleil d'Espagne. (Olé !)
Toujours le plaisir et la joie de se retrouver, irréductibles Nanbudokas, sur la plage à maîtriser nos "vieux démons"* sous l'œil attentif et correcteur de "notre chef" (Ossu Doshu !)
Félicitons Antoine et Manu à qui a été décerné respectivement le grade de Shihandai (5 fois ossu !) et Kyoshi (3 fois ossu !)
Et... lisons avec intérêt la description de celui que mena Véronique pendant toute la semaine :

Playa de Aro : la fin d'une année et le début d'une autre

Décidément, la mer au Nanbudo on aime ça, on en redemande. Ce n'est pas une raison pour nous accueillir avec une bassine d'eau salée, si vous ne pouvez pas nous proposer la mer !!! On viendra quand même !

L'axe directeur du stage de Playa de Aro a été le travail de l'énergie (du moins il me semble) articulé autour de Ki Nanbu Taïso et des Genki. Espérons que nous saurons retransmettre le plus fidèlement possible ce qui nous a été enseigné. "Attention ! là, ça a changé ! Non, ça c'était avant ! Il faut désapprendre pour pouvoir réapprendre." Ouh là !!! Ça devient compliqué ! On va s'appliquer.

Au cours de ce stage, sous un soleil de plomb, nous avons vu (revu pour plusieurs nanbudokas) les sept Genki. Chacun adopte des images pour se rappeler : certains imaginent pétrir le pain, d'autres voient un gros pélican, un oiseau ébouriffé, un petit chien, une cascade qui explose... En une semaine, nous avons vu tant de choses, que je ne savais où ranger toutes ces informations ! (En fait si ! Dans mon calepin !) Ki Nanbu Taïso, Genki, Suwari Kansetsu Randori No Kata, Nanbu Ki Undo, tous les Bo Shihotai, quelques Bo Randori... En ce qui concerne le Bo, Il y a du

boulot !

Ce que j'ai le plus aimé, ce sont les Randori dans l'eau, sauf que pour Randori Irimi No Kata l'apnée évite de boire la tasse : l'eau salée, pour boire c'est pas terrible !

Les choses les plus déconcertantes ont été pour moi le cours théorique sur l'énergie et les Genki (le bon côté de l'affaire, c'est que là on peut poser toutes les questions !) et le Rocher du Conseil : les sept forces, les objectifs de vie...

La semaine a été géniale, même si le soleil tapait fort : j'ai commencé à revivre quand tout les autres ont passé un chandail !

Pour occuper le voyage de retour (12 heures !), le nouveau Shihandai a essayé de m'apprendre les 7 forces en japonais. Un jour, je les saurai !

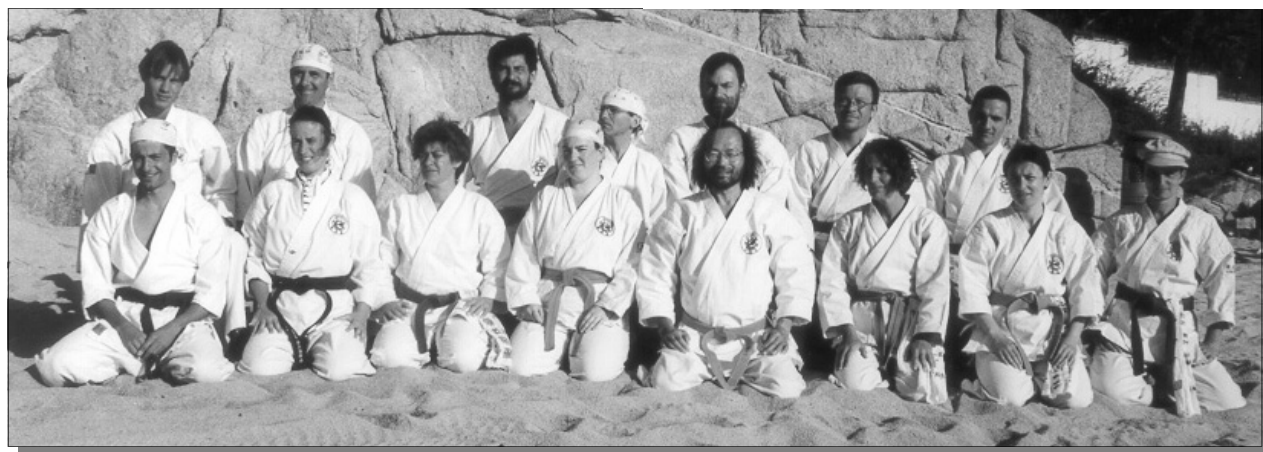
Pour finir, n'hésitez plus venez-vous aussi goûter les joies du stage de Playa de Aro : Vous ne le



hum !



la détente



La représentation française : de gauche à droite : 1^{er} rang : Gabriel, Aline, Florence, Véronique, Doshu, Ghyslaine, Sonia, Isabelle ; 2^{ème} rang : Christophe, Jean-Luc, Stéphane, Romain, Antoine, Manu, Christian.

*Nos "vieux démons"

- Nanbudo Mitsu No Chikara ;

- Nanbudo Nanatsu No Chikara ;

- Ki Nanbu Taïso ;

- Shihotai Tsuki, Ten, Chi, Hasu, Ki, Misu, Ku ;

- Nanbu Shodan, Nidan, Sandan, Yodan ;

- Randori Ichi No Kata ;

- Randori Irimi No Kata ;

- Suwari Kansetsu Randori no

- Genki Nanbu Ichiban, Niban, Sanban, Goban,

Rokuban, Nanaban ;

- Bô Shihotai Tsuki, Ten, Chi, Hasu, Ki, Mizu,



Bréviaire du débutant : Comment faire un Nanbu Tsuki

Position Kamaete :

- Regard imperturbable vers le partenaire.
- Main gauche protection visage, doigts serrés, pouce rentré.
- Centre de gravité bas, au niveau du ventre, avec une légère rétroversion du bassin.
- Main droite en protection bas-ventre, doigts serrés, pouce rentré.
- Jambe gauche en avant, genou plié et légèrement rentré, le pied pleinement posé sur le sol.
- Jambe droite tendue en arrière, pied pleinement posé sur le sol.
- Les positions des pieds sur deux lignes parallèles.
- Les deux mains l'une au dessus de l'autre doivent dessiner la lame courbe d'un sabre.



Au cours du déplacement :

- Le pied gauche avance légèrement (Suriachi) pour gagner de la distance.
- Le pied droit se déplace, rejoint le pied gauche pour ensuite se placer en avant.
- Le centre de gravité reste bas, à la même hauteur, et d'un mouvement sec de la hanche droite le poing droit est lancé vers le partenaire, la main gauche allant se placer en même temps en Ikite à 45° derrière l'épaule.

À la fin du déplacement, une fois le Tsuki exécuté :

- La jambe droite est pliée en avant, le genou rentré, le pied pleinement posé sur le sol.
- La jambe gauche tendue en arrière, le pied bien posé sur le sol.
- Les deux pieds sont écartés en des lignes parallèles.
- Le centre de gravité reste toujours bas.
- Le bras droit est tendu, le poing fermé, le pouce rentré.
- Le bras gauche est tendu à 45° degré, légèrement courbe, la main cassée, les doigts serrés et le pouce rentré.



Puis, on revient en Kamaete, pied droit devant, et le cycle recommence...

En aucun cas au cours du déplacement, on ne doit sauter, regarder ailleurs, mais on doit rester concentré, très souple et vif comme un chat, faire en sorte que le centre de gravité reste toujours à la même hauteur, et mettre toute son énergie vers l'objectif à atteindre. Le coup de poing (Tsuki) doit être franc et sec.

La spécificité, du Nanbu Tsuki est l'Ikite : la main tendue dans le prolongement du bras légèrement courbe à 45° ; cela permet une riposte et protection rapide et efficace.

Épique démonstration à Vaison la Romaine

Il faut que je vous raconte notre épique démonstration à Vaison la Romaine !

La "filiale vaisonnaise" du NCA, en la personne de Véro, nous fait part, il y a quelques semaines, d'un forum des associations à Vaison.

"Pouvez-vous venir faire une démo, ça créerait une dynamique et, si Thierry peut venir m'aider à la rentrée, on pourrait ouvrir une section enfants".

Nous voici donc le mercredi précédant la date de la démo, à mettre en place ce que Luc nous avait concocté.

Hélas tous les participants prévus n'étaient pas là. Bon début !, enfin, on fait avec (ou plutôt sans !).

On remet ça le vendredi encore à la place du cours (mais n'est-ce pas un aussi un cours ?). Cette fois tout le monde est là (à part Véro, retenue par d'autres occupations). On prépare, on figole, le salut tous ensemble s'il vous plaît, et on se relève aussi tous ensemble !

Et nous voici fin prêts (ah! ah! ah!) pour le lendemain.

Les enfants ayant classe le matin, Thierry et moi sommes volontaires désignés d'office pour arriver les premiers.

Le rendez-vous est à 14 heures. Il faut installer le stand Nanbudo. Véro arrive pour nous aider. Elle amène une télé, on passe des vidéos de stages, on installe notre drapeau, de la pub... A 15 h 30, les autres participants arrivent. Grand branle-bas de combat, notre démo, si longtemps préparée (!!!) est remise en cause car les tatamis ne sont pas assez grands et ils sont relégués dans un coin.

On change tout. Une estrade nous tend les bras, on l'accueille volontiers et on lui installe les tatamis dessus. A 16 h, on peut commencer (à l'heure, super !!!).

Tout d'abord, Nanbu Tenchi Undo puis Ki Taïso version n° ?. Il faut suivre Véro car elle n'a pas la dernière mouture. On se mélange un peu, mais ça passe bien.

Ensuite randori : les 4 jeunes (Guillaume, Kévin, Célia et Fanny) nous font Ichino Kata. Dans le même temps, Violaine et Yohann font Kaiten Ichi, Odile et Sylvie, Irimi et Thierry et Luc Nino Kata. (moi, j'explique tout au micro !!!).

Ensuite, Violaine et Luc nous font un Ju tandis que Thierry arbitre (tout ça pour expliquer la compétition !).

Ensuite kata : Shihotaï ten (avec Luc et Odile au bo). Puis Ikkyoku, Nanbu Nidan et, pour finir, Genki Ichiban (seulement Thierry et Véro car Luc se remet de ses émotions avec sa fille) puis des kata et toi, Odile, pourquoi tu n'y va pas, on t'appelle..., tant pis pour toi !!!

Fin de la démo.

Le public en délire (environ 10 à 20 personnes !!!) applaudit.

Merci.

Tiens, l'emplacement des tatamis plaît bien. On fait des émules, toutes les autres démos se font là. À 18 h, après que tous les enfants et leurs parents furent partis, on range le stand.

Oh !, merci pour l'apéro à 19 h. C'est bienvenu avec cette chaleur. Au revoir Vaison et à bientôt.

Martine

P.S. : on va refaire la même démo à Montbrun les Bains en juillet car il y a aussi une possibilité de créer une section à la rentrée. Quel boulot pour nos instructeurs !!! *

* Et pour les assistants (Thierry)

Femmes, foot et f.. nanbudo

À l'invitation de la section foot féminin, les femmes de la section Nanbudo ont eu l'occasion de participer à un petit match amical.

Heureusement, footballeuses et "nanbudokates" étaient réparties dans les deux équipes !

D'après nos initiatrices, si nous n'avions pas trop la technique, nous avions de la conviction (et force et courage !)



Nanbudo au Féminin

Madame la Ministre avec nous !

L'idée est venue de la section féminine de football du C.O.M.Bagneux partie d'un constat : plus de 50% de la population française est féminine et pourtant, ce sont les hommes qui en large majorité remplissent les clubs sportifs. Alors, un peu de promo pour le sport féminin une fois par an, ça ne ferait pas de mal.



au micro, Marie-Georges Buffet, ministre de la Jeunesse et des Sports, face aux jeunes sportives et au public attentif

Le principe fut très simple : ce jour-là, les sections du C.O.M.B. présenteraient des démonstrations de leurs différentes disciplines sportives et proposeraient des initiations. Et ces initiations seraient réservées à la seule gent féminine.

Pari tenu, le samedi 13 mai 2000, pour les sections foot, basket, judo, aikido, boxe française, tir à l'arc, nanbudo. Avec le plaisir de recevoir pendant cette journée la visite de Marie-Georges Buffet, Ministre de la Jeunesse et des Sports qui a assisté aux démonstrations, et animé un grand débat sur le sport.

Pour les femmes et les petites filles de la section nanbudo, ensemble exceptionnellement réunies, deux mois furent nécessaires à la préparation.

Et, nous fûmes bien récompensées de nos efforts. Notre démonstration fut une réussite. La vice-championne de France de Karaté-Jutsu Nassera Yaïche (Nanbudo Club de Saint-Denis) a répondu sans hésiter à notre appel. Elle nous présenta, avec Aline Marquèze-Pouey, membre de l'équipe de France de Nanbudo, un Ju Randori et un Kata qui remportèrent un franc succès. Les rencontres avec les membres des autres sections furent sympathiques et chaleureuses ; et nous avons eu le grand plaisir d'avoir été soutenues par les nanbudokas de la section.

Et si nous recommencions l'année prochaine ?

Isabelle Amiel



de gauche à droite : 1^{er} rang : Mona, Amélie, Morgane, Tiphaine, Shaharazade, Sabrina, Élodie ; 2^{ème} rang : Aline, Nassera, Florence, Ghyslaine, Magali, Isabelle, Véronique ; debout : Fabienne, Céline, Marie-Aline.

Hommage à Guillaume Detroyat : Un passionné des arts martiaux



tai jitsu

Dans son parcours, il n'a, en fait, abandonné le Nanbudo qu'un trimestre au profit du Krav Maga qu'il a aussi enseigné.

Mais l'aspect technique et philosophique du Nanbudo lui manquait trop, et il est revenu parmi nous, encore plus motivé.



taekwondo

Guillaume participait aux démonstrations organisées par la MJC Mutualité de Grenoble, le public était d'ailleurs à chaque fois impressionné par ses coups de pied spectaculaires. Il se rendait aux stages nationaux et internationaux de Nanbudo avec beaucoup de motivation.

Il adorait la compétition. En 1996, il a participé au sein de l'équipe de France au Championnat du Monde de Nanbudo à Bagneux.

En 1997, il a obtenu son Diplôme d'Instructeur Fédéral, et il envisageait de suivre la formation au Brevet d'Etat, car il aimait enseigner et les élèves appréciaient ses cours.

Le samedi 24 juin, à l'appel des membres et des responsables du Nanbudo Club de Grenoble, ceux de la MJC Mutualité, nous nous sommes retrouvés : 99 pratiquants de différentes écoles martiales : Aïkido (le fondateur de l'école Sumikiri, Jean-Daniel Cantrépe était présent), Taekwondo, Tai-Jitsu, Kung Fu, Viet Vo Dao, Capoeira, Krav Maga, Nanbudo, dont, certains de niveau international, pour une soirée de démonstration au Centre Sportif Hoche.

Ce fut notre meilleur façon de rendre hommage à Guillaume.

Et cet hommage fut émouvant.

Sa famille, ses amis, nous, ses compagnons de tatamis, s'en souviendront : Guillaume est présent dans nos cœurs. Nous nous souviendrons de sa gentillesse et de son humilité.



nanbudo

Le lendemain dimanche, nous nous sommes retrouvés entre nanbudokas, pour une matinée de stage. Un de ces stages auxquels Guillaume aimait participer. Tous ensemble réunis à nouveau.

LES ARTS MARTIAUX PASSIONNEMENT

Soirée démonstration en hommage
à Guillaume Detroyat

SAMEDI 24 JUIN 2000
À 20 H 30
CENTRE SPORTIF HOCHÉ
À GRENOBLE

Aïkido - Bando - Capoeira - Krav Maga
Kung Fu - Nanbudo - Taekwondo - Tai Jitsu - Viet Vo Dao

Organisation
MJC Mutualité Grenoble
Participation aux frais : 20 frs.
Tel : 04 76 44 71 94



capoeira

La rédaction
Un grand merci à
Jocelyne Kraemer
et François Curatella,
pour leur collaboration
à l'écriture de ce texte.

Deuxième partie : la naissance du karaté

Au XV^{ème} siècle, Okinawa est une petite île située au sud du Japon et encore indépendante. Elle est envahie et placée sous domination chinoise et les armes sont interdites.

Les habitants apprennent probablement des techniques de combat chinoises, elles-mêmes influencées par des pratiques venues d'Inde.

Au début du XVII^{ème} siècle, c'est au tour des japonais d'envahir Okinawa. Les habitants travaillent alors clandestinement leurs techniques de combat à mains nues qui prennent le nom des trois régions de l'île où elles sont enseignées : Shuri-te, Naha-te et Tomari-te.

Les trois formes réunies sont appelées Okinawa-te (la main d'Okinawa) ou To-de (la main chinoise).

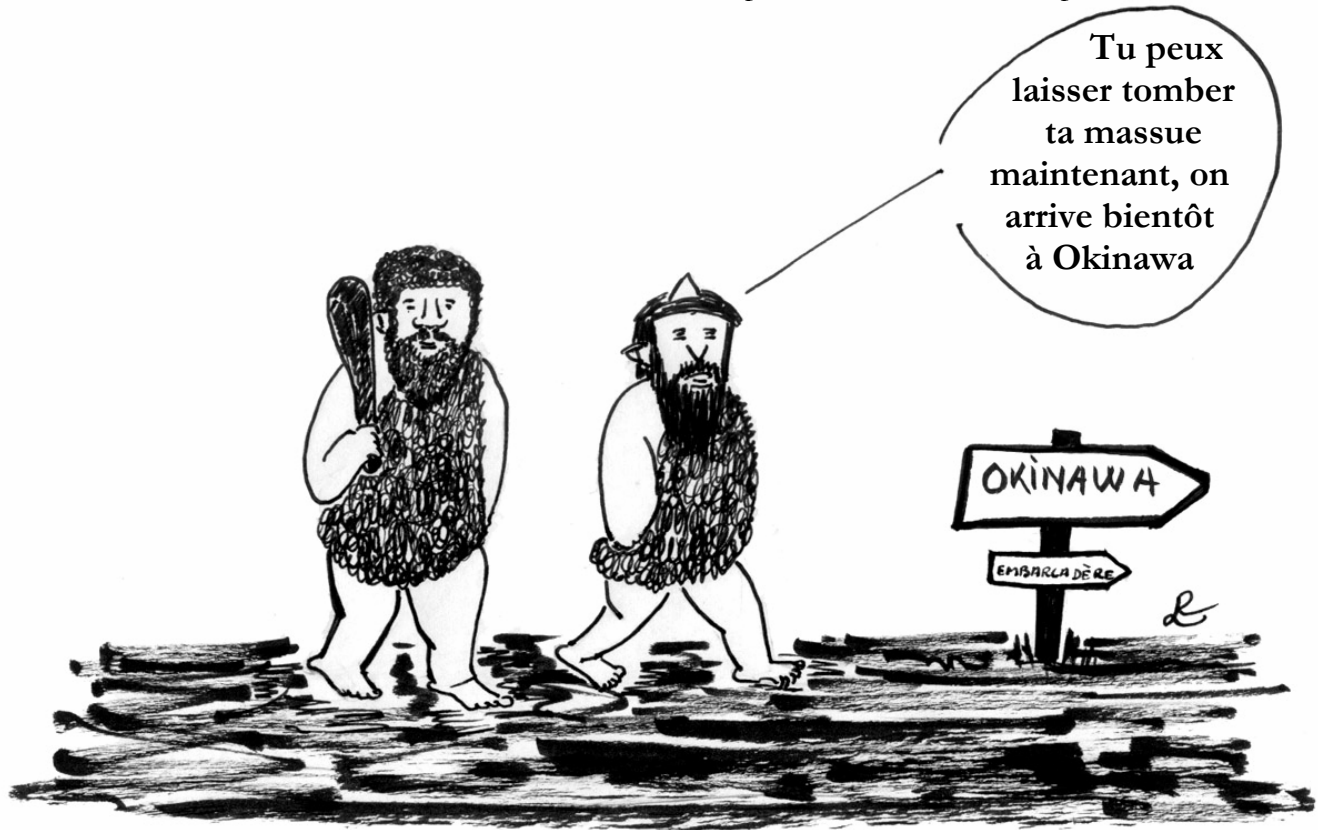
Au cours des siècles, l'île reste japonaise et

fini, au XIX^{ème}, par assimiler la culture japonaise. Les techniques d'Okinawa sont alors enseignées dans les écoles.

Gichin Funakoshi, japonais natif de Kyoto, se charge de les diffuser au Japon. Les origines chinoises de l'Okinawa-te ou To-de n'étant pas très en vogue, il rebaptise cette discipline qui devient le Karaté-do ou "art de la main vide". Il développe l'un des principaux style de karaté pratiqué aujourd'hui : le Shotokan.

Il en existe de nombreux autres : Goju-ryu, Uechi-ryu, Shito-ryu, Kobayashi-ryu, Matsubayashi-ryu, Wado-ryu, Shorin-ryu, Shotokai, Shukokai, Kyokushinkai.

Les styles proviennent de différentes régions et époques et sont conçus pour des gabarits variables sur des reliefs variés. Certains prônent les blocages, d'autres les esquives, des positions très basses, des positions hautes...



Jeu des 7 erreurs



dessinateur : Pancho

Fernand Bunidan commence le Nanbudo. En faisant son tsuki, il a commis 7 erreurs...

Trouve-les et corrige-le.

Solution :
1 : son poing n'est pas en face et à la hauteur de son visage ;
2 : il n'est pas concentré (il rigole) ;
3 : sa main gauche est dans le prolongement du bras, alors que le poignet devrait être plié ;
4 et 5 : le pied droit et le pied gauche ne sont pas rentrés ;
6 : le genou droit est trop ouvert ;
7 : le nœud de sa ceinture est mal fait.

Calendrier de la saison 2000-2001

- 15-16-17 septembre 2000 : Stage international à Durfort La Capelette
20-21-22 octobre 2000 : Stage international à Tours
28-29 octobre 2000 : Stage international à Genève (réservé aux ceintures noires)
4-5 novembre 2000 : Stage de rentrée des élèves et réunion des professeurs à Bagneux
fin décembre 2000 : Stage international à Bagneux
19-20 janvier 2001 : Rencontre adultes et enfants Sud
10-11 février 2001 : Rencontre adultes et enfants Nord
24-25 mars 2001 : Rencontre nationale
avril 2001 : Championnat de France de Karaté-Jutsu
9-10 juin 2001 : Stage national de fin de saison et AG de l'AFDP Nanbudo



ASSOCIATION FRANCAISE POUR LE DÉVELOPPEMENT ET LA PROMOTION DU NANBUDO

Attention !

Changement d'adresse !

Adresse du siège social :

AFDP NANBUDO

Romain Larguier

24, avenue Victor Hugo

92220 Bagneux

tél : 06 09 89 27 71

AFDP : Portable (Isabelle Amiel) : 06 09 89 27 71

Président Stéphane Carel (répondeur portable) : 06 82 95 37 48

Secrétaire Isabelle Amiel : 01 46 64 56 76

Trésorier Emmanuel Erb (portable) : 06 87 46 57 93

(tél. fixe) : 03 44 07 94 05

Directeur technique Jean-Luc Rubio (portable) : 06 80 40 56 56

(tél. fixe) : 04 68 63 30 04

Responsable communication Romain Larguier : 01 46 64 69 61

Tous les adhérents à l'AFDP Nanbudo sont affiliés à la Fédération Française de Karaté et Arts Martiaux Affinitaires (FFKAMA) et à la Fédération Mondiale de Nanbudo (WNF).

REMERCIEMENTS

À Christian Gonzalvez père & fils, pour l'impression et la diffusion de Tenshin.

Site AFDP, site Tenshin

Site AFDP Nanbudo : <http://www.nanbudo.asso.fr>

Site Tenshin : <http://www.nanbudo.asso.fr/tenshin>