



Les 15 et 16 mars 2025, c'était le 13<sup>em</sup> stage que Yves GALLEY venait animer à l'O Sugi Dojo de la Mulatière. Pour cette nouvelle édition nous avons choisi une date beaucoup plus précoce dans la saison, et les pratiquants ont été au rendez-vous : Yves était venu accompagné de Jean-Jérôme et de Céline, René est venu de Bâle, Thibi et Seb (enfin de retour après une interruption de plusieurs mois suite à un grave accident, qu'est-ce qu'on était contents de te revoir, Seb !) sont arrivés de Grenoble accompagnés d'Alex et d'Anastasia, Christian et Flavien ont également amené deux de leurs élèves de Bourg-en-Bresse, et Olivier, venus de Redon, a traversé tout le pays pour le stage ! La plupart des Lyonnais étaient également sur le pont, et last but not least, nous avons eu le grand plaisir de voir revenir Jacques, qui a décidé de recommencer l'entraînement après une absence de plusieurs années !

Comme d'habitude, le premier cours du samedi matin a été consacré au Kenjutsu, et cette fois encore Dominique Andlauer et ses élèves de la section laido de la Mulatière sont montés nous rejoindre après leur cours de laido. Après avoir repris comme l'année précédente une série d'éducatifs sur la notion de kiri-otoshi, nous avons travaillé les trois kata de Kenjutsu où l'on retrouve cette entrée, Jyu, Chibarai et Sarin, en insistant sur le travail d'uchidachi. Et comme il nous restait un peu de temps, Yves nous a proposé de travailler Surikomi pour avoir une autre réaction de Shidachi

A 11h, les honorables sabreurs nous ont quittés, nous sommes alors passés au Jodo avec un travail en Sôtai sur Honte-Uchi, Gyakute-Uchi et Ikky-Otoshi, et Yves a beaucoup insisté sur le fait de

conserver tout au long du mouvement une position correcte du corps. Puis chacun des Kihon a été retravaillé inclus dans un Kata adapté au niveau de chaque pratiquant, en essayant de garder les mêmes principes

Nous nous sommes arrêtés à 13h pour le pique-nique traditionnel, qui cette fois s'est déroulé en intérieur (par rapport aux éditions précédentes qui se déroulaient en juin, il y avait un peu moins de soleil et surtout les températures étaient beaucoup moins clémentes !). Après une petite frayeur d'intendance (j'avais oublié de prendre les couverts, si nous n'avions pas découverts des ressources cachées dans le placard du club, tout le monde mangeait avec les doigts !), tout s'est arrangé et nous avons pu, bien qu'un peu tassés, manger de façon assez confortable

Nous avons repris le collier à 15h pour travailler tous ensemble les Kihon Tandoku, et pour chacun d'entre eux Yves a à nouveau insisté sur le bon positionnement du corps tout au long du travail

Puis nous nous sommes divisés en deux groupes : d'un côté les débutants (tous ceux qui n'avaient pas terminé la série Chudan, plus Jacques qui reprenait ses marques), ont continué à travailler sur les mêmes principes et une partie des plus anciens leur a servi d'Uchidachi. Les autres ont travaillé ensemble la série Chudan en insistant sur les rapprochements possibles entre certains Kata

Puis après la pause, un nouveau groupe d'anciens est venu relayer les collègues auprès des débutants pour leur faire retravailler les kata de Kenjutsu vus le matin, pendant que le reste du groupe se consacrait à Samidare.

Et le travail a été sérieux toute l'après-midi, mais cela n'excluait aucunement la bonne humeur !





Le soir, pour la traditionnelle soirée chez Yves et Nathalie, Eliane avait préparé des lapins, et après des sondages qui n'avaient pas permis de départager les recettes, elle avait choisi...de ne pas choisir, et il y avait du lapin à la moutarde ET du lapin à l'ail, accompagnés tous les deux d'une jardinière de légumes et (pour ceux qui avaient été sages et fini leurs légumes) d'une purée préparée par Yves. Et puis les convives avaient amené de quoi boire aussi, et on y a fait honneur, et bien sûr on a discuté un peu tard....c'était une bonne soirée !

Et en plus, Géraldine avait rejoint Jacques pour la soirée, ça nous a vraiment fait plaisir de les revoir tous les deux !

Mais quand même, nous nous sommes retrouvés en pleine forme à 9h le dimanche matin pour la dernière demi-journée de ce stage : nous avons commencé par les Kihon Tandoku (toujours avec la même attention au placement des hanches et à la stabilité du corps), puis c'était le moment choisi par Yves pour montrer de nouveaux kata : Cécile a vu la partie Ken de Kirikake et de Chinchin, Carlos a fini de voir la partie Ken de Kage, et Alex a découvert Kiritsuke en Tandoku. Quant à Flavien, il a revu la partie Ken de Ran-Ai. Et pendant que les membres de Seiryukai travaillaient le Kusarigama, le reste du groupe s'est consacré à ces nouveaux kata avec l'aide des plus anciens pratiquants

Pour la dernière heure de stage, ce sont les membres de Seiryukai qui ont pris le Ken et servi de partenaires au reste de l'équipe ! Et pour terminer, tout le monde a repris son Jo et nous avons refait une dernière fois les trois premiers Kihon

Et ensuite.... C'était la fin de ce stage, nous avons bien sûr mangé ensemble (il fallait finir les restes !), et puis chacun est reparti de son côté. Un grand merci à Yves pour son enseignement, son énergie et l'attention qu'il a portée tout au long du week-end à chacun d'entre nous, et merci aussi à tous les pratiquants de Lyon qui se sont investis pour ce stage, qui ont fait la cuisine, les courses, les inscriptions, qui ont hébergé les copains...

Et ça, je le dis tous les ans, mais je ne vois rien à changer ! Alors, à l'année prochaine ?