

## 7<sup>ème</sup> stage de printemps à Fribourg (CH)

Samedi 3 et dimanche 4 mai 2014



25 jodokas ont répondu à l'invitation du 7<sup>ème</sup> stage de printemps de Fribourg. Cette année, Patrick Orth, le tout nouvel enseignant officiel de la fédération européenne de jodo nous a fait l'honneur de sa présence. Un voyage de pratiquement 1 journée de train l'a amené à Fribourg ! Le groupe de Lyon nous a aussi fait l'amitié de venir, ainsi que Rolf (toujours fidèle au poste), Oliver, Uwe et Sylvia d'Allemagne (malheureusement, Matthias n'a pas pu venir, retenu en Allemagne pour des raisons de santé) . Bien entendu, les régionaux de l'étape n'étaient pas en reste. Merci à tous d'être venus.



J'ai voulu mettre l'accent sur le *hanmi* durant ce stage. Nous avons donc travaillé assidument à trouver la bonne position durant les *kihon* et la série *Omote*.

Pour *Chudan* et *Ran-Ai*, c'est le rythme et la fluidité que nous avons essayés d'améliorer en mettant l'accent sur la rapidité du désengagement du côté *shidachi*, ce qui permet d'être très rapidement en position, prêt à répliquer à l'attaque de *uchidachi*.

Le samedi s'est terminé par le passage de grade de quelques participants. Félicitations à :

Claude Dupasquier pour son 4<sup>ème</sup> kyu  
Markus Grassi pour son 2<sup>ème</sup> kyu  
John McWilliams, Ursula Martig, Luc Quaglia, Yves Spenle et Charles Forey pour leur 1<sup>er</sup> kyu



Le soir, la maintenant traditionnelle fondue a ravi les palais de chacun. La soirée s'est terminée assez tard pour certains.



Le lendemain matin, les avancés ont travaillé les séries supérieures puis ont servi de uchidachi pour les moins avancés. Chacun a pu essayer de mettre en pratique ce qu'il avait appris durant le stage.

Un tout grand merci à tous les participants. Merci aussi à Séverin pour son aide, ainsi qu'à Chantal pour le merveilleux repas de samedi midi, ainsi que pour toute l'intendance.

A l'année prochaine

Yves Galley