



## RAPPORT DU STAGE SMR - FOLIGNO 2019

Pour la première fois, un stage Shinto Muso Ryu Jodo (SMR) a eu lieu en Ombrie, à Foligno, au cœur de l'Italie. Le stage a été organisé par Inyokai Dojo et a eu lieu les 19 et 20 janvier 2019 sous la direction de Lorenzo Trainelli Sensei (SMR Go-Mokuroku, Chuden FEJ) du Dojo Seiryukan, Milan. Le stage a vu la participation de 24 étudiants venant de 8 groupes d'étude nationaux différents : Milan, Udine, Padoue, Rome, Foligno, Osimo, Naples et Bari.

Le niveau technique du stage a été enrichi par la présence de Maria Rosa Valluzzi (SMR Sho-Mokuroku, Shoden FEJ) du Dojo Tsuki Kage, Padoue, et Daniele Romanazzi (SMR Okuiri) du Dojo Takehaya, Rome.



Le vendredi 18, une leçon d'introduction a eu lieu au dojo d'Inyokai. Il s'adressait principalement aux débutants et était dirigé par Maria Rosa Valluzzi en collaboration avec Daniele Romanazzi. Les premiers Kihon de l'école ont été présentés ainsi que les applications pratiques de la tactique de défense avec le bâton (Jo) d'un adversaire armé de l'épée (Ken) : en d'autres termes, la raison pour laquelle notre école a vu le jour.

Le stage a été officiellement ouvert le samedi 19 au matin et depuis lors, tout le week-end s'est poursuivi avec des segments de travail technique intense, ainsi que des appels à la réflexion combinés à des moments conviviaux.



Le thème proposé pour le stage était la première des "Treize règles d'or de Jo" présentées dans le livre "Jo no hinkaku" ("La dignité de Jo") de Hamachi Koichi Shihan. Ceci se lit comme suit : "Mi o motte hito or tasukeru tsue no goto kono sugata koso mononofu no michi" ("Le bâton aide l'homme, mais en même temps représente la Voie du guerrier") et dans les considérations suivantes Hamachi Sensei affirme que le Jo symbolise trois vertus :

**La Sagesse**, représentée par la forme droite du Jo ;  
**La Bienveillance**, qui se manifeste dans la rondeur du Jo ;

**Le Courage**, symbolisé par la forte substance dont Jo est faite.

Ces paroles et leurs implications ont permis à chacun d'entre nous de réfléchir davantage sur la profondeur d'une telle pratique martiale en ajoutant une autre pièce à la compréhension de la Voie.

Comme d'habitude, la partie technique du stage a commencé par des exercices Kihon et s'est poursuivie avec Suburi et Uchi Komi, approfondissant l'étude des principes de base de la pratique martiale armée Jo et Ken.



Paolo Allegrini



Paolo Allegrini



Paolo Allegrini



Après le déjeuner dans une cafétéria gastronomique locale bien connue, l'activité a repris à plein régime par une division du groupe en deux parties : débutants et avancés. Le premier, supervisé par la présence constante d'un Sempai, a continué avec l'étude du Kihon Tandoku et du Sotai, tandis que les autres ont porté sur les kata de l'école.



Beaucoup de temps a été consacré aux questions techniques auxquelles Trainelli Sensei a toujours répondu de manière complète. De plus, tout le monde était constamment invité à changer de partenaire pour pratiquer afin d'expérimenter l'efficacité de sa propre technique sur différents adversaires : quelques mots et beaucoup de travail, comme c'est typique dans l'enseignement du koryu.

La pratique du samedi après-midi s'est terminée par une session d'examens allant du 5e au 2e kyu : félicitations pour ceux qui ont passé un grade !



La soirée a été l'occasion de se retrouver et de passer du temps ensemble sur les lieux des organisateurs du stage : Lorenzo & Gino Ricci. Des amuse-gueules faits maison et quelques produits sains et délicieux du territoire ombrien ont encadré l'atmosphère familière et amicale que vous respirez toujours en ces occasions. Ceci est devenu une constante de nos réunions et, à juste titre, officialisés comme « Bordelloni » (« Grande Messe ») !

Le dimanche, la pratique s'est poursuivie avec la même intensité que le premier jour, toujours divisé en deux groupes d'étude : tandis que les débutants ont été introduits dans les kata Tokushu Waza, les avancés ont approfondi les kata de la série Chudan.



A la fin de la session du matin, le stage s'est terminé avec le traditionnel Embu. Cette fois-ci, elle a été enrichie par la présence d'autres Budo grâce à la multidisciplinarité de certains des praticiens présents. Plusieurs écoles se sont présentées : Ryushin Shouchi Ryu Iaijutsu, Aikikiken, Hyoho Niten Ichi Ryu Kenjutsu et, bien sûr, divers kata de la série Shinto Muso Ryu Jodo.





Un grand merci à Lorenzo Trainelli avec Maria Rosa Valluzzi et Daniele Romanazzi qui, par leur disponibilité et leur précieuse présence, ont une fois de plus contribué à l'essor du Judo en Italie, à la création d'un groupe de praticiens bien formés et, surtout, unis dans une grande famille.

Notre plus grande accolade va à Pascal Krieger Sensei, celui qui a rendu tout cela possible, à qui nous devons l'expansion de cet art martial en Europe et dans le monde, et à qui nous offrons notre souhait le plus profond pour un rétablissement complet et rapide : GAMBATTE PK !!!!!

