



JODO Shinto Muso Ryu

15^{ème} stage de printemps à Fribourg (CH)



Pour la 15^{ème} fois, nous nous sommes retrouvés à Fribourg pour pratiquer. Les habitués étaient là et certaines nouvelles têtes aussi. 4 pratiquants de Hongrie auraient aussi du être présents, mais pour des raisons familiales, ils se sont décommandés au dernier moment.



De gauche à droite debout : Cécile, Nathalie, Michel, Pierrick, Yves, Jean-Louis, Eliane, Marie-Pierre, Didier, Bianca, Manu, Raphael, John, Jean-Jérôme, Lionel, Bénédicte, Roland, Séverin et Tristan

Devant : Jean-Louis, Yves, Yvan et Michel

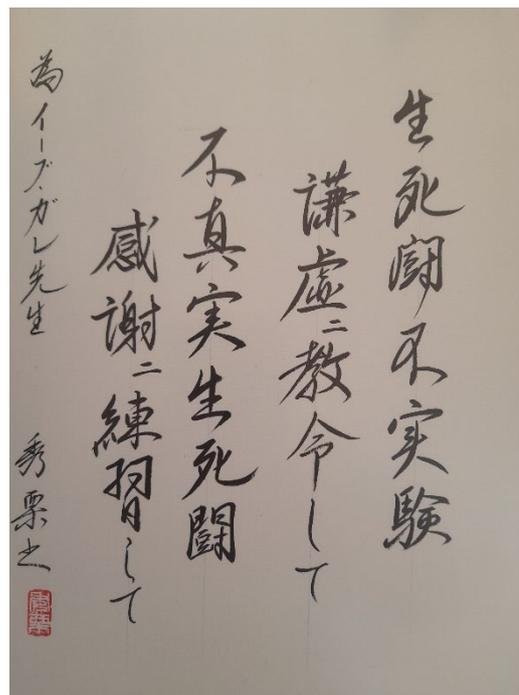
J'avais choisi une calligraphie de Pascal pour accompagner notre stage. Je vous passe la prononciation japonaise, mais je vous en donne la signification :

N'ayant jamais expérimenté un combat réel, enseigne avec humilité.

L'expérience d'un combat réel étant improbable, entraîne-toi avec gratitude.

C'est donc éclairé par ces sages paroles, que nous avons pratiqué de manière intensive samedi et dimanche matin.

Comme les autres années, le focus a été mis sur la posture et le relâchement dans la technique. Divers



techniques ont été abordées par des exercices répétitifs, puis mis en pratique dans les séries de katas sous l'œil expert de Michel.



Samedi Didier a brillamment réussi son premier Kyu (merci à Raphael pour son engagement).



Le samedi soir, après un apéro concocté par notre équipe de cuisine de choc, nous avons pu déguster la maintenant traditionnelle fondue du stage, suivie par le non moins traditionnel dessert (meringes, petits fruits et crème double de la gruyère).



C'était pour moi un très bon stage avec une ambiance studieuse mais décontractée. J'espère que chacun a eu autant de plaisir que moi.

A l'année prochaine

Yves