



**Numéro 15**

**LA VOIX DU NANBUDO**



**Isabelle AMIEL :  
The First One !**





16 Avenue des  
Micocouliers  
13960 Sausset

Andre.barbieri@  
eurocopter.com

**La revue de  
L'AFDP  
Nanbudo**



Parution semestrielle  
**Décembre  
Juin**

Merci à :

Florence Alpert  
Isabelle Amiel  
Johanne Aublin  
Julien Aublin  
André Barbieri  
Julien Colazzina  
Jean Collomb  
Magali Collomb  
Fabienne David  
Gabriel David  
Richard Lavadoux  
Luc Marchianti  
David Martin  
Jean Paul Renucci  
Webmaster Stéphane &  
Jérôme

**Les articles sont  
écrits sous la  
responsabilité de  
leurs auteurs**

**AFDPNanbudo**

Association loi 1901  
Paru au JO du 20/02/99  
N° 2105  
Affilié à la WNF et  
FFKaraté

**Site Web :  
nanbudo.asso.fr**

## KI TAISO-MMAIRE

### Isabelle Amiel : La première française Shihan.

Nous l'attendions tous. Voilà, c'est fait : Le 23 mai à Crest, Doshu Nanbu remettait officiellement le grade de Shihan à Isabelle Amiel. Pour ce mois de juin, votre revue Tenshin vous offre l'actualité du premier semestre 2009. Pour votre plus grand plaisir. Du moins nous le souhaitons. Alors écrivez-nous, encouragez-nous, donnez-nous vos impressions.

Nous sommes à votre écoute.

En attendant de vous lire, bonne lecture à tous.



1) **SHIHAN-TIROUILLE**  
Isabelle Amiel

2) **PLANCHE KATA**  
Hyakuhachi : « 108 »

3) **JU RANDORI**  
Déroulement...

4) **OU T'AS MIS LES TATAMIS ?**  
Des Nouvelles du Sud...

5) **BUDO - RE - MI - FA - SOL**  
Arts Pluriels : Même combat...

6) **SHIAI DO : LA VOIE DU COMBAT**  
Esprit Sportif & Fair Play.

7) **KATA-LISMAN**  
Interview exclusive de Julien Colazzina...

8) **DOJO**  
Cachan

9) **INTER-STYLE**  
Ligue Dauphiné Savoie



10) **NANBUDOKA-LINS**  
Faire Part...

11) **SUR LE TATAMI DE L'AFDP**  
Coupe de France 2009 : Les  
résultats !



# SHIHAN-TIROUILLE



Fabienne  
DAVID

## Isabelle Amiel : The First One



**Et voilà, enfin notre première femme Shihan en France....  
Isabelle Amiel nommée Shihan à Playa d'Aro en 2008 a reçu  
sa ceinture à Crest.**

La cérémonie s'est déroulée lors du stage international animé par Doshu Soke Nanbu.  
Quelle atmosphère !! Empli de sérénité, et d'harmonie.

Isa était placée en seiza devant le Doshu. Tous les deux comme dans une bulle, dégageaient du respect mutuel, une impression lointaine de plénitude, d'émotion. ;  
Après lecture du diplôme par le Doshu, Isabelle enleva son ancienne ceinture de Shihandai.



La ceinture de Shihan fut désailée par le Doshu par un geste fort, marquant et signifiant l'importance de cette remise de Shihan.  
La ceinture rouge et blanche fut nouée autour de la taille d'Isabelle par Doshu-soke lui-même.  
Après une invitation à boire ensemble le Sake, un salut respectueux entre Isabelle et Doshu clos la cérémonie applaudie par les spectateurs chanceux d'être présent à ce moment rare.  
Le Doshu était assisté par Magalie Collomb (Crest) et Kriten (Skien). Cette cérémonie marque ainsi l'importance de la mixité culturelle au sein du Nanbudo mais aussi la parité chère à Isabelle.  
Et oui, une femme Shihan, la première en France, la seconde dans

le monde du Nanbudo.

Et quelle Femme... Isabelle Amiel : qui par son dévouement, a toujours œuvrer pour promouvoir le Nanbudo. Fervente avocate de la mixité dans les arts martiaux, elle se distingue aujourd'hui parmi les plus hautes marches.

Le chandaille n'est plus.... Une brèche est apparue...une voie est ouverte...

Quelqu'un m'a dit après la cérémonie : « tu ne trouves pas que cette ceinture lui va très bien....c'est comme si elle l'avait toujours portée.... »

Quelle fierté d'avoir pu assister à ce moment ... ..



# PLANCHE KATA

## HYAKUHACHI : "108"

Crédit Photos :  
David MARTIN  
Réalisation :  
Magali COLLOMB



# HYAKUHACHI : "108"



# HYAKUHACHI : "108"



# HYAKUHACHI : "108"



# JU RANDORI

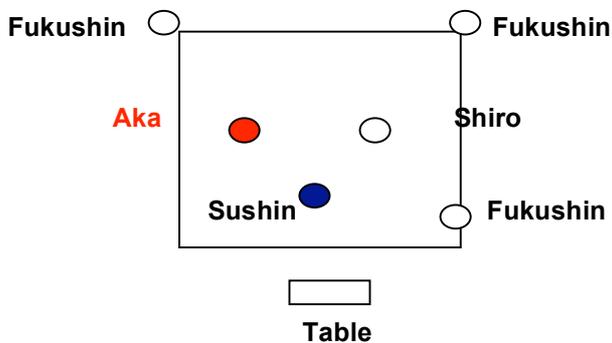
## Déroulement ...

André BARBIERI

Voici une présentation simplifiée du déroulement des compétitions Ju Randori à destination des arbitres, des entraîneurs et des coopétiteurs.



### 1. MISE EN PLACE DE LA SURFACE DE COMBAT



### 2. RÔLES :

- **Kansa** : Superviseur : Assure le bon déroulement de la compétition : Arbitrage, jugement, table...
- **Sushin** : Arbitre central : Gère le combat (Axe d'attaque, Maaï, participation, contrôle). En cas de non respect, agressivité, erreur, il peut donner des points négatifs « *Keikoku* » (-1 point). Il peut aussi annuler l'attaque et faire recommencer « *Mueshido* ».  
En cas de faute grave (manque de contrôle, mauvais comportement..) : Arrête le combat, convocation possible des **Fukushins** pour concertation et décision : *Chui* (-2 points), *Hansoku Chui* (disqualification).
- **Fukushin** : 3 juges assis qui notent les coopétiteurs en tenant compte des deux rôles (Tori et Uke)
- **Table** : 2 arbitres de table : Appellent les coopétiteurs « *se présente...se prépare...* ». Surveillent l'ordre des attaques, notent et comptabilisent les points positifs et négatifs sur l'ensemble du combat (vainqueur). Dans le cas de 3 points négatifs, ils arrêtent le combat.
- **Aka / Shiro** : 2 coopétiteurs évalués aussi bien dans leur rôle d'**Uke** que de **Tori**.

**Tori** : Attaque franche et à distance (2 Tsuki + 2 Maegeri + 2 Mawashi Geri + 1 Tsuki) avec une participation active (chutes correctes, anticipation...) sans exagération. Un mauvais Tori (Maaï, axe ou erreur d'attaque, mise en danger, agressivité, refus de chutes) perd forcément l'assaut.

**Uke** : Timing de l'esquive, diversité dans les techniques de riposte, contrôle, qualité de la technique

### 3. DEROULEMENT :

La coopération s'articule en **7 assauts** pour chaque coopérateurs **Aka / Shiro**.  
Chaque assaut comprend **2 attaques** codifiées en alternance **Tori / Uke**.  
Ainsi le premier **Tori** devient **Uke** après la première attaque et vice versa.

L'ensemble du Ju Randori comprend : 1<sup>er</sup> Assaut = 2 Tsuki ; 2<sup>ème</sup> Assaut = 2 Tsuki ; 3<sup>ème</sup> Assaut = 2 maegeri ; 4<sup>ème</sup> Assaut = 2 maegeri ; 5<sup>ème</sup> Assaut = 2 Mawashi Geri ; 6<sup>ème</sup> Assaut = 2 Mawashi Geri ; 7<sup>ème</sup> Assaut = 2 Tsuki.

#### • Lancement :

**Sushin dit** « *Aka, Shiro, Motonoïchi* » = mise en place des coopérateurs face à face. Ils saluent l'arbitre et se saluent entre eux.

**Sushin dit** « *Ju Randori, Oi, Kamaïte, Ajime* » = les coopérateurs commencent le combat. On ne sait pas qui est le Tori.

#### • 1er Assaut :

Après la première attaque : **Sushin** sépare les 2 coopérateurs avec le drapeau couleur du prochain Tori.

Après la deuxième attaque : **Sushin** sépare les 2 coopérateurs avec ses 2 drapeaux.

**Sushin dit** « *Antei* » = décision du meilleur coopérateur sur l'assaut.

Les **Fukushins** lèvent le drapeau **Aka** ou **Shiro** ou 2 drapeaux croisés **Ikiwake**.

Les juges gardent leur drapeau en l'air jusqu'au prochain assaut.

#### • 2ème à 7ème Assaut :

**Sushin dit** « *Ajime* » = libère le combat en ôtant ses drapeaux de devant les coopérateurs. On ne sait pas qui est le Tori... Puis comme le 1er assaut.

#### • Fin de Ju Randori :

**Sushin dit** « *Yame, Surimade, Motonoïchi* » = Les coopérateurs reprennent leur place, debout face à face.

**Sushin dit** « *Antei* » = Décision par la table :

**Fukushins** se lèvent

**Table dit** « **Aka** x points, **Shiro** y points ».

**Sushin & Fukushins** lèvent le drapeau du vainqueur : « **Aka** ou **Shiro** *Nokachi* » ou 2 drapeaux croisés « **Ikiwake** » pour égalité.

#### • En cas d'égalité :

**Table dit** « *2 Tsuki + 2 Maegeri supplémentaires* ».

Ces prolongations se déroulent en 4 assauts comme décrit précédemment.

#### • En cas de nouvelle égalité :

**Sushin** appelle « *Fukushin* ». Les **Fukushins** et le **Sushin** se concertent pour décider du vainqueur du combat. Les **Fukushins** retournent à leurs places et restent debout.

**Sushin dit** « *Antei* ».

**Sushin & Fukushins** lèvent le drapeau du vainqueur : « **Aka** ou **Shiro** *Nokachi* »

# OU T'AS MIS LES TATAMIS ?

## Des Nouvelles du Sud...



Luc  
MARCHIANTI

Stage de Montbrun les Bains (Drôme) les 18 et 19 avril 2009.



Shihan Jean Collomb

Animé par nos Shihan régionaux : Jean le « blond » (enfin... très clair !) et Serge de Pagnol (meuh non il n'a pas d'accent !), cette réunion nous a permis de découvrir, de peaufiner ou de rectifier quelques techniques de .... Nanbudo.

Après quelques péripéties de tatamis (et oui, tout le monde connaît ça : on prévoit et il y a des surprises de dernière minute !), enfants et adultes de Grenoble, Carry le Rouet, Crest, L'estaque, Sault et Montbrun (en tout 25 pratiquants) maîtrisent à présent les ki nanbu taiso, sotaï, ikkioku ou nanbu godan à la perfection.... Bon, je sais, chacun voit la perfection à sa porte, disons que nous n'en avons jamais autant su !



Shihan Serge Salvai



J'oublie sûrement certaines choses mais laissez moi souffler et digérer. Ah si, un détail, j'ai complètement oublié l'appareil photo et méa culpa, pas de souvenir en image... (Heureusement que Tenshin est là...NDR)

Un seul point noir, mais nos amis Parisiens vont se frotter les mains en pensant « pas toujours les mêmes ! » : c'est la pluie qui s'est invitée. Nous aurions peut être pu visiter le château d'Aulan au pied duquel nous avons

déjeuné samedi midi. Mais bon, la route est ouverte et nous ne sommes pas si loin que la partie ne puisse être remise.

Bref, il semble que chacun ait regagné ses pénates, content et la tête bien pleine

pour affronter le prochain stage de Crest sans être totalement perdu.

Merci à tous les participants et à nos GS sans qui rien n'aurait pu se faire.



# BUDO – RE–MI–FA–SOL

## Arts Pluriels :

## Même combat !

**Stage du dimanche 15 mars 2009 à Bagneux :**  
**Art martial, Art musical, Art pictural: Même combat!**  
**Sont-ils fous, inconscients... ?**

**Le pari était de taille : réunir sur un même tatami : des musiciens, des dessinateurs ou peintres, des pratiquants de Nanbudo ou de Nihon Tai Jitsu, des débutants dans toutes ces disciplines, enfants ou adultes, hommes et femmes, bien secouer, et démontrer : que l'Art pictural, l'Art musical et l'Art martial, c'est toujours de l'Art et on parle le même langage !**



Pour cela il fallait :

- la confiance de la Ligue des Hauts de Seine de Karaté qui a laissé la commission Karaté Jutsu gérer ce stage incroyable.
- La complicité d'un ami professeur de Nihon Tai Jitsu et responsable de la dite commission, Jean Paul Billault, 5ème dan de sa discipline qui n'hésite jamais à mixer Nanbudo et Nihon Tai Jitsu dans des défis de plus en plus audacieux.
- La participation d'un talentueux quatuor amateur issu de

l'harmonie de la Courneuve (Merci à Véronique Dupuy, Florence Alpert, Nicolas et Valérie).

- Le coup de main et le soutien des deux professeurs de dessin de l'Atelier 100 à Paris (Merci à Alain Bade et Nicole Gawsewitch)

- La participation confiante et enthousiaste d'un public hétérogène et sympathique : pratiquants adultes et enfants de Nanbudo et de Nihon Tai Jitsu, dessinateurs, musiciens, leurs copains leurs familles, leurs collègues, leurs enfants... Coup de chapeau à Florence qui était à la fois dans le quatuor derrière son saxophone, derrière son pinceau (voir le tableau à la peinture à l'huile) et dans la démonstration de Nanbudo. Tout le monde, petits et grands, s'est essayé à tout durant cette journée.



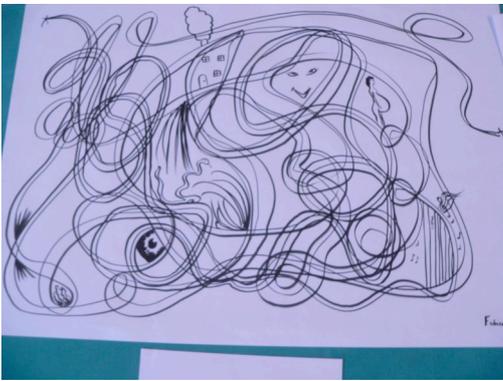
Principe de base : faire découvrir et pratiquer par tout le monde les trois Arts cités plus haut. Montrer en quoi les mêmes principes se retrouvent.

Voici le résumé du déroulement de ce stage pas comme les autres



Isabelle AMIEL





Après le café du matin, réveil en douceur avec Jean-Paul qui nous fait faire des mouvements doux et des vocalises ! Puis, petite familiarisation au dessin avec Isabelle (sur grandes feuilles avec des feutres-pinceaux sur le thème du cercle et la ligne dans la pratique. Chacun se libère en réalisant un grand et beau



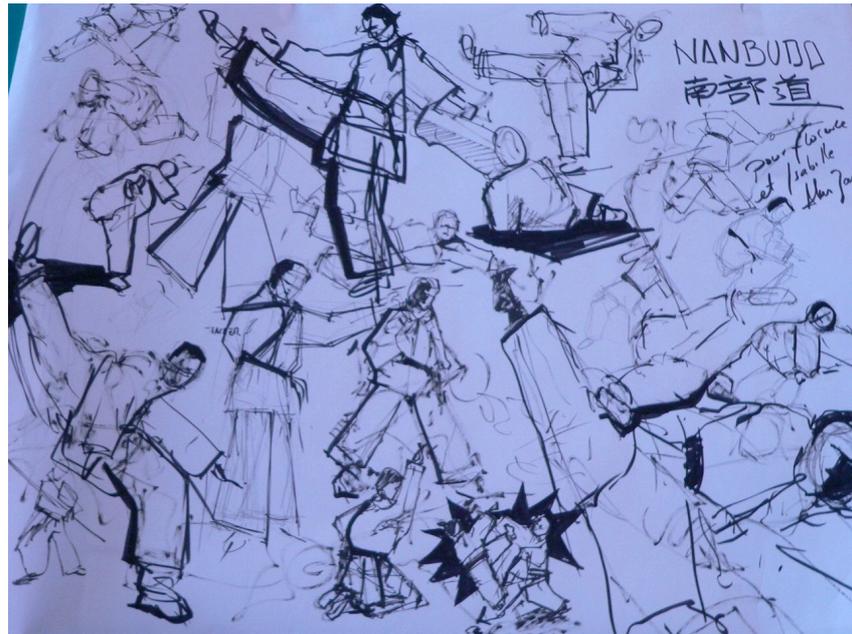
« gribouillis », puis on passe sur la feuille du voisin et on tente de suivre son trait en parallèle. Enfin on y ajoute une petite touche personnelle et on expose tout cela. Ensuite on pratique le Nihon Tai Jitsu puis le Nanbudo deux par deux : attaques linéaires et défenses circulaires (Jean-Paul et Isabelle) Ceux qui le souhaitent dessinent. On poursuit avec les musiciens qui nous font découvrir le rythme dans les arts : Tous en cercle, nous frappons dans nos mains puis utilisons des percussions sous la conduite de Véronique, avec plus ou moins de bonheur mais beaucoup de rires !



Les musiciens prennent le relais pour les rythmes. Et nous essayons de réaliser de kihons en harmonie avec les rythmes proposés. A moins que ce ne soit les musiciens qui trouvent le rythme de nos kihons ? Retour au calme : Kata Yin (Isabelle) et canon de pachelbel : ceux qui veulent s'essaient au dessin des pratiquants ou des musiciens. Le midi nous découvrons l'Art culinaire ! Nous mangeons tous ensemble au soleil en plein air, certaines ont apportés de délicieux rouleaux de printemps faits mains.

Après-midi :

Le rythme et la couleur : Sur un air irlandais, des kihons de Nanbudo et de Nion tai jitsu (Jean-Paul et Isabelle) (30 mn) Dessin pour ceux qui le souhaitent. Initiation au bâton par Jean-Paul. Petits et grands défilent pour démontrer ce qu'ils ont appris. L'improvisation, la créativité, l'imagination dans la pratique : En musique : des musiciens improvisent sur une ligne de blues : on essaie de les dessiner les musiciens (10 mn). Nicole et Alain conseillent les artistes en herbe. Alain nous fait un superbe dessin de poses prises sur le vif (voir photo). Mettre en scène des combats sur des morceaux : Amicalement votre, Amstrong, Nobody knows. On se souviendra particulièrement de la grande file indienne de « Panthères roses » qui se déplacent à pates de velours derrière Isabelle.



La composition : Alain nous en explique les rudiments en dessin. Nous essayons d'appliquer cela en improvisant une démonstration collective (Nanbudo et Nihon Tai Jitsu ensemble). Comment passer de « Penser la composition d'un tableau » à « Penser sa chorégraphie ». Les musiciens nous ont rejoints sur le tatami et pratiquent avec ferveur bâton et chutes roulées. Que dire

pour conclure cette journée mémorable. On a fini épuisés et ravis et on espère avoir suscité la vocation de pleins de petits musiciens, peintres, Nanbudokas ou Nihon Tai Jitsukas !



# SHIAI DO : LA VOIE DU COMBAT



André BARBIERI

## Esprit Sportif & Fair Play.

**L'histoire du sport montre que depuis les jeux d'arènes de l'antiquité, jusqu'aux épreuves de l'olympisme moderne, la mise en compétition d'athlètes tend à intégrer, de plus en plus, un code d'éthique sportive. La valorisation du Fair Play confirme les besoins d'un comportement de plus en plus citoyen.**

Depuis une vingtaine d'années, le Nanbudo propose un nouveau concept de combat : la coopération Ju Randori. Ce type de rencontre se caractérise par la coopération, qui est demandée à deux concurrents, au sein même du combat qui les oppose. D'où le terme de Coopération.

A l'occasion d'une coopération Ju Randori, les arbitres jugent à la fois la compétence technique de chaque combattant, mais aussi la faculté qu'ont les concurrents à coopérer ensemble.

La coopération se situe entre la démonstration (compétition différée) et l'opposition (compétition immédiate).



Démonstration Kata :  
3 partenaires

**La démonstration** (avec ou sans partenaire) est totalement constructive, mais sans rapport direct avec l'adversaire. Chaque concurrent exécute son programme à son tour. C'est le cas des épreuves en kata. Dans d'autres sports on retrouve le patinage artistique, la gymnastique, le rallye automobile, le ski alpin et toutes les épreuves contre la montre. Chacun occupe le terrain, mais à des moments différents, donc sans possibilité de contact entre les concurrents.

**L'opposition indirecte** expose deux concurrents qui tentent, dans le respect des règles, de se surpasser l'un l'autre. La partie se joue sur un même terrain mais chacun est dans son camp, chacun est dans son couloir. Il n'y a pas de contact physique entre les équipes ou les athlètes : Volley Ball, Tennis, Natation, Tir à l'arc...

**L'opposition directe** implique un contact réel entre les concurrents. Les sportifs se retrouvent sur un même terrain, en même temps, avec des possibilités d'atteinte corporelle. C'est le domaine du football, du rugby, des courses de moto cross ... C'est toujours dans ces sports que l'on remarque le manque de Fair Play ou l'antijeu. Certains de ces sports, où le contact entre joueur est autorisé, intègrent des accessoires de protection individuelle : Football américain, Escrime, Hockey sur glace, sports de combat...



Opposition Combat :  
2 concurrents équipés de protections.

Les sports de combats, ont cette particularité que le but du jeu est l'atteinte du sportif lui-même. La dose émotionnelle induite par le contact physique entre les athlètes, les conduit souvent, malgré eux, à glisser de la combativité pour rentrer dans l'agressivité.



Coopétition Combat :  
2 concurrents avec jeu  
de rôle.

Play alors, parler

hors sujet. Et c'est normal, puisque le sport est issu des jeux d'arène. Il n'y a pas de raison qu'un compétiteur aide son concurrent. Surtout lorsque l'enjeu est de taille, ou lorsque les athlètes se situent dans les premiers.

On ne retrouve la coopétition dans aucune autre discipline, et à fortiori dans aucun autre sport de combat. Là où la compétition en démonstration récompense la prouesse technique, là où la compétition en opposition récompense la violence mentale, la coopétition récompense l'éthique sportive. Il y a toujours un gagnant et un perdant. Mais ce n'est pas le plus fort sportivement qui gagne. C'est le meilleur sur les 2 plans : **éthique et sportif**.

Depuis une vingtaine d'années maintenant, le Nanbudo, à l'échelle mondiale, organise des rencontres Ju Randori. Elles arrivent aujourd'hui, après bien des ajustements, des modifications, à une forme épurée, simple à appliquer pour les coopétiteurs, simple à contrôler pour les arbitres, simple à comprendre pour le public.

La nouvelle forme d'arbitrage, mise en application lors de la coupe de France 2008 et validée cette année est pour beaucoup dans le gain de fluidité des rencontres. On sent que les organisateurs raisonnent de moins en moins en termes de compétition, pour adopter celui de coopétition.

**Il est important maintenant de communiquer autour de ce concept.** Que les Nanbudokas qui se présentent aux épreuves sportives aient à l'esprit le fait qu'ils seront jugés autant sur leur prouesse technique que sur leur faculté à coopérer. Il est

nécessaire aussi d'éduquer le public spectateur. Qu'il ne vient plus voir une compétition, mais une coopétition. Il sera à même de juger de la faculté qu'ont les adversaires à coopérer ensemble sur le résultat final de la rencontre. Heurtée ou fluide, pauvre ou riche en variété technique.



La valorisation de la coopération dans l'affrontement est un formidable **outil pédagogique**.

Au-delà du coopétiteur vainqueur, c'est le **spectacle sportif qui y gagne**.

Certes, celui-ci y perd en charge émotionnelle, dont le public animal est friand. Mais il y gagne en **valeurs sociales et citoyennes**. La prise de gros risques, la violence mentale, le blocage physique, sont avantageusement remplacés par la coopération, le Fair Play, la créativité.

Le sport a permis d'échapper à la dominance de l'esprit guerrier, qui armait l'homme antique. Il est devenu, aujourd'hui, un lieu de rencontre musclé, une vitrine de l'opposition règlementée. Mais la société humaine est génératrice de stress profonds. La compétition sociale en est la principale source. Il sera nécessaire, demain, de trouver de meilleurs outils, pour construire une civilisation plus citoyenne. Le sport, par la coopétition en sera le ciment. Le Nanbudo, par le Ju Randori, en est la première pierre.

# KATA-LISMAN

## Interview exclusive de : Julien COLAZZINA

**Julien a remporté la Coupe de France Ju Randori qui a eut lieu à Paris Bourg la Reine, les 21 & 22 février 2009. Il finit second en Kata. Tenshin vous propose de rencontrer l'un des meilleurs nanbudokas sportifs de France.**



Julien à 22 ans. Il est ceinture noire 2<sup>ème</sup> Dan WNF et 1<sup>ère</sup> Dan FFKDA. Il commence le Nanbudo en 2002, dans le club de Serge Salvai à l'Estaque. Après 7 ans de pratique, son palmarès parle de lui-même :

2<sup>ème</sup> en Ju Randori à l'occasion des coupes de France 2006 et 2007, puis vainqueur des coupes de France 2008 et 2009, 1<sup>er</sup> en Ju Randori (Open) en 2008 : Le Ju Randori Open est ouvert à toutes les catégories de poids (NDLR). Son palmarès en Kata est aussi éloquent : 2<sup>ème</sup> en Kata pour les coupes de France 2005, 2006, 2008 et 2009.

Mais les frontières de

l'hexagone n'arrêtent pas son potentiel. Julien est actif à l'international : Il finit 1<sup>er</sup> en Ju Randori lors des Internationaux Summer Cup à Playa d'Aro (Espagne) en 2005 et 2006, 3<sup>ème</sup> en Ju Randori pour la Coupe du Monde en Hongrie en 2006. En 2008, rebote en Espagne où il remporte la 2<sup>ème</sup> place en Ju Randori pour l'Open International Summer Cup à Playa d'Aro et la 3<sup>ème</sup> place en Kata (pour cette même compétition). Invité par la Croatie, il participe en 2006 au Super Nine, qui regroupe les 9 meilleurs Nanbudokas sportifs du monde.



**Tenshin :** Tu as fini 1<sup>er</sup> en Ju Randori et 2<sup>ème</sup> en Kata lors de la Coupe de France de Nanbudo édition 2009. Que

représentent pour toi ces victoires ?

**Julien :** Ces victoires sont pour moi une grande satisfaction, d'autant plus que sur le plan national j'avais plutôt du mal à remporter des titres. Depuis maintenant 2 ans, je suis dans une dynamique et une continuité qui me permettent de me sentir bien. Après, tout peut arriver. Je ne m'arrête pas sur ces titres. Le plus important, c'est de pratiquer dans la joie et la bonne humeur. La compétition est pour moi un plus dans mon apprentissage.

**Tenshin :** Comment te prépares-tu ? Quel sont tes secrets ?

**Julien :** Je dirai que cette année a été assez difficile car j'ai dû jongler entre mes études et la préparation à la compétition. J'avais donc des entraînements irréguliers, mais le fait de faire beaucoup de sport à la faculté de sport de Luminy (Marseille), physiquement ça allait. Après il y a un peu l'expérience, l'envie et la chance. Mais ce qui est important c'est le soutien de la famille, des amis et bien sûr des dirigeants que sont Salvai Serge et Jean Paul Renucci qui font un travail formidable auprès du club et qui nous mettent dans les meilleures conditions possibles pour réussir. Je ne pense pas avoir de secrets surtout qu'à la base je n'ai pas l'âme d'un compétiteur



Julien en Stage à Skien (Norvège)



mais c'est vrai que le fait de me retrouver sur des tatamis me donne des ailes et surtout l'envie avant tout de montrer ce qu'est le Nanbudo. Après, comme je l'ai dit précédemment, il faut se sentir bien dans ses jambes, dans sa tête, avoir un certain passé dans la compétition, de l'envie mais également de la chance.

**Tenshin :** Tu sembles autant à l'aise en Kata qu'en Ju Randori. As-tu une préférence ?

**Julien :** Le fait d'avoir des facilités au niveau technique me permet de me sentir à l'aise en Kata et en Ju Randori. Cependant j'ai une préférence pour ce dernier parce que c'est dans ce domaine où j'arrive le mieux à m'exprimer, à montrer mes capacités.

**Tenshin :** Que t'apporte le Ju Randori ?

**Julien :** Ce que j'aime, avant tout, réside dans la philosophie du Nanbudo : c'est la non dualité du combat qui permet à chaque pratiquant de s'exprimer que ce soit dans le rôle de Uke ou de Tori et je trouve que c'est une chance de pouvoir donner la possibilité d'être performant dans ces différents rôles car l'un complète l'autre.

**Tenshin :** Que t'apportent les Kata ?

**Julien :** En ce qui concerne les Katas, je prends beaucoup de plaisir à les faire car ils m'apportent un plus au niveau technique. J'ai l'impression qu'on insiste davantage sur les positions, sur les placements, les déplacements, le positionnement des bras, des jambes. C'est pour moi un très bon complément pour le Ju Randori et inversement. Je suis toujours à la recherche du plus en Kata qui me permettrait, peut être, d'être plus convaincant lors de mes représentations ; parce que j'ai sans doute la technique mais très peu de kimé et pour évoluer encore plus dans ce domaine je dois le travailler.

**Tenshin :** As-tu des souvenirs d'une compétition particulière, un moment fort ?

**Julien :** Je garde, en règle générale, les souvenirs de toutes mes compétitions. Mais une, en particulier, est celle qui nous a permis de représenter la France (avec Christophe, Gregory, Gaby, Fabienne et JF) à la coupe du monde, en 2006, en Hongrie. Elle aura été pour moi une très grande expérience à tous les niveaux. Je finis donc 3<sup>ème</sup> en Ju Randori à cause d'une disqualification pour un coup non contrôlé, qui peut être, pouvait paraître juger sévèrement pour moi. Mais je ne veux pas le prendre comme quelque chose de désagréable parce que cela fait partie de la vie d'un sportif et que d'avoir participé à cette aventure aura déjà été une victoire.



Hongrie 2006

**Tenshin :** Comment as-tu connu le Nanbudo ? As-tu des souvenirs de ton premier entraînement ?

**Julien :** J'ai connu le Nanbudo grâce à Jean Paul Renucci, le président du club de l'Estaque, avec qui je m'entends très bien et que je connais depuis plusieurs années. A la base, je jouais au football. C'est une discipline tout autre que le Nanbudo. J'ai décidé d'arrêter pour le manque d'éthique et de respect qu'il y avait sur les terrains de football et c'est à ce moment que j'ai découvert le Nanbudo. Il me revient quelques images de mon premier entraînement, je me souviens avoir fait un essai puis être aller m'acheter un kimono le jour suivant.

**Tenshin :** Peux-tu nous parler de ton professeur ?



Avec Jean Paul Renucci

**Julien :** Concernant mon professeur, Serge Salvai, je peux dire que c'est quelqu'un de très compétent dans ce qu'il fait. Il a également remporté des titres, il a participé à la coupe du monde en 1996 où il a fini 2<sup>ème</sup> en Ju Randori. Il est Shihan (6ème dan WNF) ce qui est un grade tout de même important et c'est un homme et un pratiquant respecté par beaucoup de personnes. Nous entretenons tous, au sein du club, une relation forte avec lui sur le plan sportif et d'un point de vue plus personnel une relation d'amitié, c'est comme s'il était de ma famille et il contribue à ma réussite dans ma vie de tous les jours que ce soit dans le Nanbudo ou dans mes études



Avec Christophe Carrion

**Tenshin :** Quelle ambiance règne dans ton club ? Quels sont tes coéquipiers ?

**Julien :** Il règne une ambiance très forte au sein du club de l'estaque. Nous sommes tous heureux de pouvoir pratiquer ensemble, de se connaître, de participer à des stages et je trouve que c'est essentiel pour donner de la vie à ce que nous faisons. J'ai commencé le Nanbudo en même temps que Christophe Carrion qui est un de mes meilleurs amis et nous avons eu la chance d'avoir jusqu'à présent le même parcours et d'avoir rencontré des personnes formidables au club, qui étaient là avant nous, mais aussi d'autres qui sont venues après.

**Tenshin :** Le Nanbudo dispose de nombreux domaines d'activités. En dehors des Kata et du Randori, qu'aimes-tu pratiquer ?

**Julien :** Comme je l'ai dit précédemment le domaine où je me sens le plus à l'aise reste le Randori ou, du moins, les exercices ayant besoin d'un partenaire/opposant. Mais il est vrai que le Nanbudo à l'avantage d'être un art martial où les domaines d'activités sont très variés. On y retrouve les Nanbu Shotai (qui reste assez proche des Randori) qui me correspondent totalement. Ils correspondent à une nouvelle forme de Randori, qui est très intéressante à voir, et surtout à travailler avec beaucoup d'harmonie. J'apprécie aussi les exercices énergétiques comme Keiraku Taiso, avec un travail spécifique sur les méridiens du corps. Ki Do Ho pour visualiser les régions où on canalise l'énergie et les chemins parcourus par celle-ci, permettant de visualiser l'emplacement des différents Tsubos (Les portes d'entrée du Ki. NDLR). Ce sont des exercices que je commence à peine à apprécier. Je pense que j'ai encore besoin de temps et qu'au fur et à mesure de l'âge je prendrai un vrai plaisir à les réaliser.



Avec Doshu Soke Nanbu

**Tenshin :** Que cherches-tu dans la pratique du Nanbudo ?

**Julien :** Je recherche avant tout le plaisir, celui de me retrouver sur les tatamis en essayant de donner mais aussi de recevoir. Je pense que c'est une notion importante à la réussite en générale. Le Nanbudo à l'avantage d'être une discipline où les exercices sont variés avec les multitudes de Randori, de Nanbu Shotai..., ce qui fait que nous sommes en permanence en train d'apprendre. Je vais prendre l'exemple de maître Nanbu qui d'un stage à un autre peut changer certains mouvements ou techniques d'un exercice, ce qui nous amène à réapprendre, à s'adapter et pour moi c'est ce qui fait la splendeur du Nanbudo, ne pas rester cantonner à quelque chose qui a été acquis.

**Tenshin :** Nous croyons savoir que tu as suivi un cursus universitaire EPS. Parles-nous de ta formation aux métiers du sport ?

**Julien** : En effet je suis en STAPS à la faculté de Luminy à Marseille. Si j'ai la chance de réussir mes examens, j'aurai une licence en sport, ce qui sera pour moi, bien sur, une grande satisfaction. J'y ai mis beaucoup d'énergie. C'est un cursus difficile mais très intéressant, car on y apprend des notions sur le fonctionnement du corps humain en général ainsi que les effets du sport sur notre organisme mais également l'histoire du sport, la pédagogie et la didactique qui sont des éléments essentiels pour transmettre dans de bonnes conditions.

**Tenshin** : A quoi te destines-tu ?

**Julien** : Je me suis spécialisé dans le domaine professeur des écoles car le contenu de formation me semblait le plus en adéquation avec ce que je voulais faire et notamment dans le travail avec les enfants. J'aimerais pouvoir intervenir dans les écoles primaires pour enseigner l'EPS aux enfants car cela reste une discipline à part entière et qui a besoin d'un peu plus de reconnaissance.

**Tenshin** : Que représente le sport en général pour toi ?

**Julien** : Le sport représente le plaisir, mais surtout, le plaisir d'apprendre différentes disciplines sportives comme la lutte, l'athlétisme, les sports collectifs... mais aussi il permet de développer les capacités motrices, de se responsabiliser, d'être autonome, d'avoir des différents rôles sociaux et d'être en interaction avec les autres.



**Tenshin** : As-tu l'intention, un jour, d'ouvrir un club de Nanbudo ?

**Julien** : Oui j'envisage d'ouvrir un club de Nanbudo, je passe mon brevet d'état prochainement justement pour pouvoir avoir en main un diplôme me permettant d'enseigner cet art martial.

**Tenshin** : Quel public penses-tu cibler ? Comment t'y prendrais-tu pour attirer ce public vers la pratique du Nanbudo ?

**Julien** : J'aimerais toucher le maximum de public car c'est une discipline qui est ouverte pour tous. Mais mon souhait serait d'avoir le plus possible de jeunes, car je trouve qu'il en manque, c'est donc important pour essayer de mettre en place une certaine

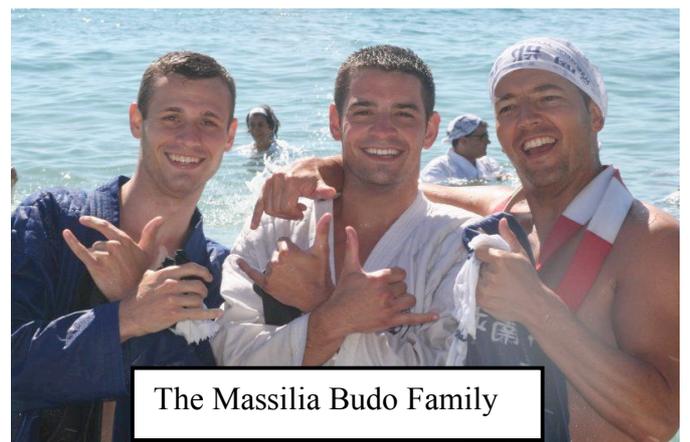
dynamique et booster la promotion et le développement du Nanbudo.

**Tenshin** : Comment t'y prendrais-tu pour attirer ce public vers la pratique du Nanbudo ?

**Julien** : Pour attirer le public, il sera important de faire une bonne publicité, de participer à des démonstrations, d'aller vers les personnes pour communiquer avec eux en essayant de donner envie et de montrer les bienfaits du Nanbudo.

**Tenshin** : On entend souvent dire que le Nanbudo est une grande famille. As-tu tissés des liens amicaux à travers les stages auxquels tu as participé en France ou à l'étranger ?

**Julien** : Ce que l'on entend est vrai, le Nanbudo est réellement une grande famille et c'est une impression que je ressens notamment à travers les stages, car tout le monde se respecte et essaye de communiquer pour apprendre à se connaître, pour tisser des liens. Je trouve que c'est une bonne chose pour se développer, grandir et avoir une vision plus large du Nanbudo et des personnes dans le monde. En ce qui me concerne je n'ai





Hongrie 2006  
3<sup>ème</sup> Place Ju Randori

aucun problème de communication mais je reste quelqu'un de plutôt réservé donc je préfère qu'on vienne vers moi, puis dès que le contact est noué tout deviens plus facile. C'est la même chose avec les étrangers d'autant plus que nous devons communiquer en Anglais et que le mien est assez limité donc ça reste pour moi une barrière mais j'essaye vraiment de faire des efforts car j'apprécie énormément de personne dans le milieu du Nanbudo que la moindre des choses que je puisse faire, c'est d'essayer car j'ai une grande envie d'apprendre auprès d'eux. J'entretiens de bonnes relations avec les français (Paris, Grenoble, Perpignan, Crest...) mais aussi avec les norvégiens où il s'est crée une réelle grande amitié.

**Tenshin :** Quelles sont les personnes qui t'ont le plus marquées ? Pourquoi ?

**Julien :** Je n'ai pas été particulièrement marqué par des personnes pratiquants le Nanbudo mais j'avoue que quand je regarde une personne comme Stéphane Carel, j'apprends énormément de pars la passion qu'il a pour la discipline, de son calme, de son expérience et de son envie de donner aux autres.

Merci Julien pour ta collaboration.



Stéphane Carel

Summer Training  
Playa d'Aro  
(Espagne)



# DOJO

## CACHAN

Voici une rubrique consacrée à la vie des clubs.

Elle est ouverte à tous les clubs Nanbudo de France et de Navarre (et même de plus loin !!!).

Le but est simple : présenter votre activité.

Alors n'hésitez plus, écrivez nous, parlez nous de votre club, partagez vos expériences...



Fabienne & Gabriel DAVID



### La préhistoire d'un club.... ou comment arrive-t-on à ouvrir un club de Nanbudo en France ?

Et bien, la création du club de Cachan est l'aboutissement de 3 ans de démarche. Nous avons d'abord essayé d'ouvrir un club (car connaissant bien les habitants) dans une commune voisine d'une dizaine de kilomètre de notre habitation où nous supposions avoir une opportunité. Hélas, ce n'était sans compter la faible ouverture d'esprit du président du club de karaté-judo local qui a œuvré à nous mettre hors des frontières de

la commune. Il voyait en nous des concurrents féroces, drainant tous les pratiquants de son activité... Chose étrange, car nous voulions intégrer sa structure (pas d'autre choix possible) et les pires méfaits que nous aurions pu faire, s'est de fidéliser avec une autre activité les personnes recherchant à faire autre chose que du karaté ou du judo...



Bref, refroidit de cette expérience, nous nous sommes intéressés aux opportunités que pouvait proposer notre ville. Coup de chance, la

ville de Cachan (27600 habitants) était entrain de construire un nouveau dojo pour les clubs d'arts martiaux locaux qui n'en pouvaient plus d'être contenu dans de vieilles installations. Bien remotivé de voir des créneaux se libérer dans les anciens dojos, nous nous sommes mis à rechercher une association susceptible de nous accueillir.

Brian, le seul enfant de Cachan, vainqueur de la Coupe de France 2009



Après s'être assuré que le club de karaté local était indifférent à notre venu, nous avons contacté la présidence d'Ile de France de la FFK pour obtenir leur soutien dans notre projet. Au détour d'un stage, nous avons pu rencontrer son président, Monsieur Francis Didier, en la présence de Doshu Soke Nanbu, Renshi Stéphane Carel et de Shihan Isabelle Amiel. Ces derniers, fort motivés, nous ont adoubés, permettant d'assurer à la FFK notre crédibilité et notre motivation. La FFK dans notre poche, nous nous sommes adressés à une association multisports et multiculturelle pour faire la demande des créneaux et d'ouverture d'une activité Nanbudo.

Après quelques mois d'attentes, quelques

réunions et coups de téléphone... le feu vert a été donné et nous avons pu ouvrir une activité Nanbudo à Cachan le 13 septembre 2008...

Depuis cette date, un petit groupe d'irréductible sévit dans les sous-sols du gymnase Victor Hugo... à Cachan.



# INTER-STYLE

## Ligue Dauphiné-Savoie



Jean  
COLLOMB

**Le stage inter style de Pierrelatte, organisé par le comité départemental Drôme Ardèche, s'est inscrit dans le cadre des rencontres des disciplines associées.**

**L'ambiance y était très sympathique avec des échanges intéressants sur beaucoup de techniques de saisie et de clés.**

**L'année prochaine, Mr André Fauque (Président du comité Drôme Ardèche de la FFKDA) prévoit 4 échanges clés avec les Disciplines associées.**



Taï Jutsu,  
Nihon Taï Jutsu  
& Nanbudo

Depuis 3 ans, son équipe organise 2 stages inter-styles à Pierrelatte (26), dont l'un présente entre autre notre école, dans un magnifique dojo qui fait envie.

C'est avec Messieurs André Fauque du Nihon Taï Jitsu et André Jauffrey du Taï Jitsu (et surtout avec la bonne humeur) que nous avons pu tester nos capacités à nous adapter aux autres styles ce samedi 25 avril. Ben, ce n'est pas toujours facile,

mais comme personne ne se prend le chou, il n'y a pas de problème.

Jean nous a donc préparé un petit programme qu'il a, ma foi, bien réadapté aux présentations des autres pour garder l'idée et, surtout, répéter que chaque style garde les mêmes origines.



Les 2 clubs Nanbudo (Montbrun & Crest) du comité étaient représentés, mais en plus nous avons un espion venu, soit de la Côte Bleue, soit de la région Parisienne, c'est selon, mais qui répond toujours présent quand il peut, c'est Manu San.

A reconduire l'année prochaine, et, en prime, quelques photos.

# NANBUDOKA-LINS

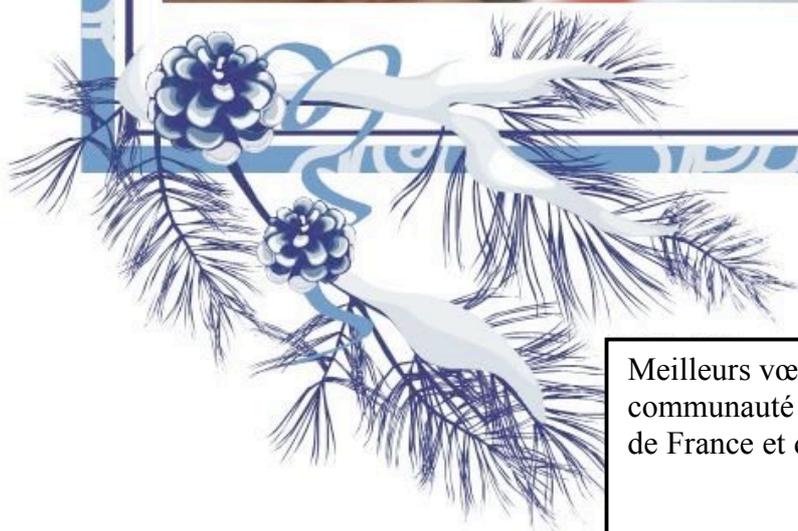
## Faire Part...

Les parents de Maël sont tous deux Nanbudokas, et ceinture noire.  
Nous vous présentons (sans risque de nous tromper !) un futur  
Nanbudoka...



Julien AUBLIN

*En ce jour du 10 Février de l'année 2009  
Est né le prince Maël le Prompt,  
Fils de Julien le Vif et Johanne la Fertile,  
Digne héritier du trône d'Orsay (RER B, station le Guichet) !  
Vive le Prince !*



Meilleurs vœux de toute la  
communauté des Nanbudokas  
de France et de Navarre...

# SUR LE TATAMI DE L'AFDP- NANBUDO



## Coupe de France Nanbudo 2009

### RESULTATS COMPETITIONS RANDORI & JU RANDORI

Benjamins Minimes -Blanche		
Catégorie A		CLUB
N°	Noms des participants	
1	KAUZA Bryan	Cachan
2	OUZGANI Ilias	Bagneux
3	MOUTON Nicolas	Bourg La Reine
3	PENALVA Marine	Bagneux

Séniors/Espoirs -Blanche		
Catégorie B		CLUB
N°	Noms des participants	
1	MERIC Nicolas	Orsay
2	CART Floriane	Bourg La Reine
3	FEDOSSEN Natalia	Orsay
3	CRANSSAC Jonathan	Bagneux

Poussins/Pupilles		
Catégorie C		CLUB
N°	Noms des participants	
1	GAURIA Clara	Bourg La Reine
2	LARUE Yanis	Marseille
3	FANTAIS Brice	Bourg La Reine
3	FIGARO Tracy	Bagneux

Benjamins- Jaune/Orange- Féminines		
Catégorie D		CLUB
N°	Noms des participants	
1	BALDASSERONI Gisele	Marseille
2	ERRACHDI Amina	Bompas
3	JAMALEDINE Yara	Bagneux
3	LABRIE Valentine	Bourg La Reine

Minimes- Orange/Verte- Féminines		
Catégorie E		CLUB
N°	Noms des participants	
1	TATREAUX Marie	Bourg La Reine
2	SERVANT Johanna	Grenoble
3	ZAMIT Orelie	Marseille
3	TATREAUX Léa	Bourg La Reine

Benjamins/Minimes-Jaune/Orange -Mascullins		
Catégorie F		CLUB
N°	Noms des participants	
1	DEBARD Ruben	Bompas
2	SALVAI Boris	Marseille
3	JEANNENEY Thomas	Bourg La Reine

Minimes/Cadets- Jaune/Orange- Mascullins		
Catégorie G		CLUB
N°	Noms des participants	
1	MABILLE Denis	Montbrun
2	FRANCOIS Kevin	Bompas
3	PORCEL Etienne	Grenoble

Minimes -Vertes- Mascullins		
Catégorie H		CLUB
N°	Noms des participants	
1	ERRACHDI Anas	Bompas
2	FERRERE Julien	Bompas
3	MODESTE Stevan	Grenoble
3	MABTOUL Sofiane	Bompas

Cadets/Juniors- Verte/Bleue -Mascullins		
Catégorie I		CLUB
N°	Noms des participants	
1	BONTOUX Antoine	Bompas
2	GRUHIER Kévin	Bompas
3	REBIFFE Yoanne	Grenoble
3	BUONAROTA Sébastien	Grenoble

Espoirs/Séniors- Orange- Mascullins		
Catégorie K		CLUB
N°	Noms des participants	
1	PONTET Silvère	Orsay
2	JUGLARET Alexandre	Bourg La Reine
3	FIORI Jeremy	Marseille
3	THIERRY Romain	Bourg La Reine

Cadets/Juniors -Marron/Noire- Féminines		
Catégorie J		CLUB
N°	Noms des participants	
1	ZEGLACHE Lwiza	Bourg La Reine
2	CHATELAIN Nina	Grenoble
3	SPITERI Cassandra	Crest
3	BARBIERI Céline	Côte Bleue

Espoirs/Séniors -Bleue/Marron - Mascullins		
Catégorie L		CLUB
N°	Noms des participants	
1	DECLoux Julien	Orsay
2	DARCHY Olivier	Bourg La Reine
3	PRATS Jean-Marc	Bourg La Reine
3	BAGNASCO Cyril	Marseille

Espoirs/Séniors- Noire - Mascullins Légers		
Catégorie M		CLUB
N°	Noms des participants	
1	COLAZZINA Julien	Marseille
2	MOLINA Christophe	Bompas
3	ROSOLI Maxime	Marseille
3	TRINH Jean-Baptiste	Bagneux

Espoirs/Séniors - Noire- Mascullins Lourds		
Catégorie N		CLUB
N°	Noms des participants	
1	CARRION Christophe	Marseille
2	N'DAO Djiby	Bagneux
3	MARTIN Sylvain	Bompas
3	CARRION Maxime	Marseille

## RESULTATS KATA

<b>Benjamins/Minimes -Blanche</b>		
Catégorie 1		CLUB
N°	Noms des participants	
1	OUZGANI Ilias	Bagneux
2	MOUTON Nicolas	Bourg La Reine
3	PENALVA Marine	Bagneux
3	KAUZA Bryan	Cachan

<b>Benjamins/Minimes -Jaune/Orange- Féminines</b>		
Catégorie 2		CLUB
N°	Noms des participants	
1	ZAMIT Orelie	Marseille
2	BALDASSERONI Gisèle	Marseille
3	BOUCHARD Lisa	Marseille
3	TATREAUX Léa	Bourg La Reine

<b>Benjamins/Minimes -Jaune/Orange- Masculins</b>		
Catégorie 3		CLUB
N°	Noms des participants	
1	SALVAI Boris	Marseille
2	FRANCOIS Kévin	Bompas
3	JEANNENEY Thomas	Bourg La Reine
3	PORCEL Etienne	Grenoble

<b>Poussins/Pupilles</b>		
Catégorie 4		CLUB
N°	Noms des participants	
1	GAURIAT Clara	BLR
2	LARUE Yannis	Marseille
3	FIGARO Tracy	Bagneux
3	FANTAISIE Brice	Bourg La Reine

<b>Minimes -Verte -Masculins</b>		
Catégorie 5		CLUB
N°	Noms des participants	
1	ERRACHDI Anas	Bompas
2	FERRERE Julien	Bompas
3	MABTOUL Sofiane	Bompas
3	BOUKHELIFA Mourad	Bagneux

<b>Minimes -Verte -Féminins</b>		
Catégorie 6		CLUB
N°	Noms des participants	
1	GANDOSSO Camille	Bagneux
2	SERVANT Johanna	Grenoble
3	BARBIERI Celine	Côte Bleue

<b>Cadets Verte/Bleue Masculins</b>		
Catégorie 7		CLUB
N°	Noms des participants	
1	ERRACHDI Yassine	Bompas
2	REBIFFE Yoanne	Grenoble
3	GRUIER Kévin	Bompas
3	BONTOUX Antoine	Bompas

<b>Cadets/Juniors -Bleue/Marron-Féminines</b>		
Catégorie 8		CLUB
N°	Noms des participants	
1	ZEGLACHE Lwiza	BLR
2	SPITERI Cassandra	Crest
3	CHATELAIN Nina	Grenoble
3		

<b>Espoirs/Séniors -Noire- Masculins</b>		
Catégorie 9		CLUB
N°	Noms des participants	
1	MOLINA Christophe	Bompas
2	COLAZZINA Julien	Marseille
3	CARRION Christophe	Marseille
3	ROSOLI Maxime	Marseille

<b>Espoirs/Séniors- Blanche</b>		
Catégorie 10		CLUB
N°	Noms des participants	
1	FENDOSSENKO Natalia	Orsay
2	CRANSAC Jonathan	Bagneux
3	CART Floriane	Bourg La Reine
3	CASTET Nicolas	Bourg La Reine

<b>Espoirs/Séniors- Jaune/Orange -Masculins</b>		
Catégorie 11		CLUB
N°	Noms des participants	
1	FIORI Jeremy	Marseille
2	MERIC Nicolas	Orsay
3	VALETTE Arnaud	Bourg La Reine
3	JUGLARET Alexandre	Bourg La Reine

<b>Espoirs/Séniors- Bleue/ Marron- Masculins</b>		
Catégorie 12		CLUB
N°	Noms des participants	
1	TEIXIDOR Julien	Bompas
2	DARCHY Olivier	Bourg La Reine
3	DECLoux Julien	Orsay
3	BAGNASCO Cyril	Marseille

# CONTACT AFDP :

Retrouvez la revue **TENSHIN** et toute l'actualité des stages sur le site de l'AFDP Nanbudo.

Le Site Web : <http://www.nanbudo.eu/afdp/?code=TENSHIN>

Adresse <http://www.nanbudo.eu/afdp/?code=TENSHIN>

**A.F.D.P. NANBUDO**

Force - Courage - Conviction

Accueil Le Nanbudo L'Actualité L'Association Les Clubs

inscrivez-vous Votre E-mail...

Medias Boutik Forum LA VOIX DE NANBUDO

Voici la liste des Tenshin que vous pouvez lire et relire.

**Le Dernier Tenshin**

**N°14**

Publication 01-déc-2008  
Téléchargez (1 fois) PDF

Bonne Année 2009 !  
Pour ce mois de décembre, votre revue Tenshin vous offre l'actualité du deuxième semestre 2008. Pour votre plus grand plaisir. Du moins nous le souhaitons. Alors écrivez-nous, encouragez-nous, donnez-nous vos impressions. Nous sommes à votre écoute.  
En attendant de vous lire, bonne lecture et Bonnes Fêtes de fin d'année à tous.

**Auteur : André BARRIERI**

**Tous les Tenshin**

Numéro	Publication	Document	Téléchargé
14	01-déc-2008	<a href="#">Téléchargez le fichier</a>	1
13	01-jun-2008	<a href="#">Téléchargez le fichier</a>	1
12	01-déc-2007	<a href="#">Téléchargez le fichier</a>	1
11	01-oct-2004	<a href="#">Téléchargez le fichier</a>	0
10	01-fév-2003	<a href="#">Téléchargez le fichier</a>	0
9	01-sep-2002	<a href="#">Téléchargez le fichier</a>	0
8	01-sep-2001	<a href="#">Téléchargez le fichier</a>	0

**Les Dernières Informations**

**Stage International à CREST**  
23-mai-2009 à 24-mai-2009

**Stage Karaté Jutsu Drome Ardèche à Pierrelatte**  
30-avr-2009 à 02-mai-2009

**Stage Régional de Monthrun**  
17-avr-2009 à 19-avr-2009

**Vidéo de Doshu Soke Nanbu**  
28-mar-2009

**Yoshinao Nanbu a Bercy**  
28-mar-2009 à 31-mar-2009

**A. F. D. P. Nanbudo**

**Bienvenue sur le nouveau site de l'AFDP Nanbudo**  
Après quasiment une année de travail, l'équipe web de l'afdp Nanbudo a l'honneur de vous faire part de la mise en place du nouveau site de l'afdp Nanbudo. Actualisé dans son design, il a été aussi repensé dans son ergonomie. Plus pratique et pensé pour accueillir des applications futures, il vous permettra de trouver toutes les informations que vous aviez l'habitude de consulter et bien d'autre encore.  
Un nouveau module d'administration a été mis en place pour améliorer la réactivité, alors si vous avez des suggestions, n'hésitez surtout pas.  
Il ne vous reste qu'à découvrir ce nouveau site, toutefois pour continuer la recevoir la newsletter, vous serez obligés de vous réinscrire.

**Vidéo de Doshu Soke Nanbu** lors de la démonstration au Gala des Arts Martiaux de Bercy le 28 mars 2009.