



Numéro 25

LA VOIX DU NANBUDO





KI TAISO-MMAIRE

TENSHIN : J'esquive...

C'est la nouvelle BD de notre revue qui débute par un clin d'œil humoristique sur notre sport et notre art : le Nanbudo.

Pour ce mois de juin, votre revue Tenshin vous offre l'actualité du premier semestre 2014. 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) **LE PLATEAU SUR UN PLATEAU**
Stage National à Sault

2) **YOKO - QUI RIT SHUDAN**
La BD

3) **PREMIERE NAMI DE MANI**
Mon Premier Stage

4) **PLANCHE KATA**
Shihotai Ku



5) **KOKORO - I - COCO**
Première Coupe de Provence

6) **DOJO - JOYEUX - JOYAU**
Bagneux : Le Grand Frère

7) **SUR LE TATAMI DE L'AFDP**
Assemblée Générale du 17 mai



16 Avenue des
Micocouliers
13960 Sausset

andre.barbieri@
airbus.com

La revue de
L'AFDP



Parution semestrielle
Décembre
Juin

Merci à :

Amiel Isabelle
Barbieri André
Colomb Magali
David Gabriel
Maire Benoit
Marchianti Luc
Muller Mani

Webmaster
Stéphane

Les articles sont
écrits sous la
responsabilité de
leurs auteurs

AFDP

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

<http://www.nanbudo.eu>

LE PLATEAU SUR UN PLATEAU

Stage National à Sault :

Luc MARCHIANTI



Le stage National de fin d'année s'est déroulé sur le plateau d'Albion, à Sault, les 17 et 18 mai 2014. Ce stage fut organisé par le club de Montbrun les Bains.



En septembre 2013, nous recevons l'accord de l'AFDP pour l'organisation d'un stage national.

Nous choisissons rapidement une date en dehors des dates des élections municipales ou européennes.

Nous cherchons aussi à ce que la date ne soit pas trop près de la date d'un stage français ainsi que des dates des stages de la WNF auxquels participent des français.

Mais il est nécessaire aussi de vérifier la disponibilité du gymnase et du centre d'hébergement.

Enfin nous parvenons à définir la date du WE des 17 & 18 mai 2014.

En octobre, nous adressons les courriers de réservation de principe.

En novembre, nous signons la convention et les contrats pour



l'accueil de 35 stagiaires.

En janvier 2014, nous réglons le chèque de caution pour l'hébergement : 50% du montant que nous n'avons malheureusement pas sur notre compte bancaire.

Nous négocions la date de son encaissement.

Nous avons défini à fin avril la date butoir des inscriptions. Ceci afin de réserver le nombre exact de repas et de lits.

Cependant nous avons reçu les dernières inscriptions 2 semaines après cette date !!!

2 jours avant le stage, désespoir : 8 désistement alors que les arrhes sont encaissées. Certains désistement d'ordre professionnels ou de santé, mais aussi sans raison donnée ou pire, des désistements mêmes pas signalés !!!

On ne peut s'empêcher de penser au manque de respect pour les hauts gradés qui viennent nous aider à avancer, pour les prestataires qui ont commandé la marchandise, prévus des salaires, pour les organisateurs qui désespèrent, pour le Nanbudo et son image de marque.





Heureusement, avec 38 stagiaires venus de tous nos horizons, le stage s'est déroulé dans la bonne humeur, comme d'habitude.

L'hébergement, proche du gymnase (et inversement) est un bel avantage.

Au programme :

Sous la houlette de notre Hanshi Stéphane Carel, nous avons vu, le samedi matin, les Sotai Randori. Articulés en plusieurs ateliers animés par nos Shihan : Isabelle Amiel, Florence Alpert, Magalie Collomb et Gabriel David.

Sotai Okuri était proposé avec des cibles au sol pour diriger la projection du Tori. Cette forme pédagogique permettait de comprendre le cercle dans lequel s'inscrit l'esquive Sotai Okuri.

En début d'après midi, l'AFDP se réunissait pour son Assemblée Générale. Commencée « presque » à l'heure et achevée pile poil, elle donnera lieu à un compte rendu que vous lirez certainement en fin de ce numéro de Tenshin.

Le temps était menaçant le samedi après midi, avec du Mistral. On s'en moque car il y a un toit sur notre gymnase !!

Cette séance était réservée aux Kihon règlementaires imposés par la Fédération Française de Karaté. 2 ateliers étaient proposés sur le tatami. Le premier pour les ceintures de couleur autour de la découverte des termes japonais et des lignes sur 3 pas. Le second réservé pour les passages 1^{er} jusqu'au 4^{ème} Dan avec les enchainements de 3 techniques, en ligne, sur 1 pas, multidirectionnel et sur cibles.



Après les kihon, les Shihan nous proposaient une approche pédagogique des saisies spécifiques au Randori Yon No Kata. D'abord le détail de la saisie au niveau du jeu des poignets, puis sous la forme Aïkido dans le mouvement, puis recalé dans la forme Randori Nanbudo.

Le dimanche matin, c'est face au Mont Ventoux (magnifique !!) qu'avait lieu l'étude des kata avec 4 ateliers, sur la pelouse, au choix des stagiaires :



Ikkyoku, Nanbu Shodan, Sandan & Godan. Pour finir en beauté (et en santé !) 4 ateliers Keiraku Taiso étaient ouverts pour découvrir ou peaufiner la sensation du Ki en soi.

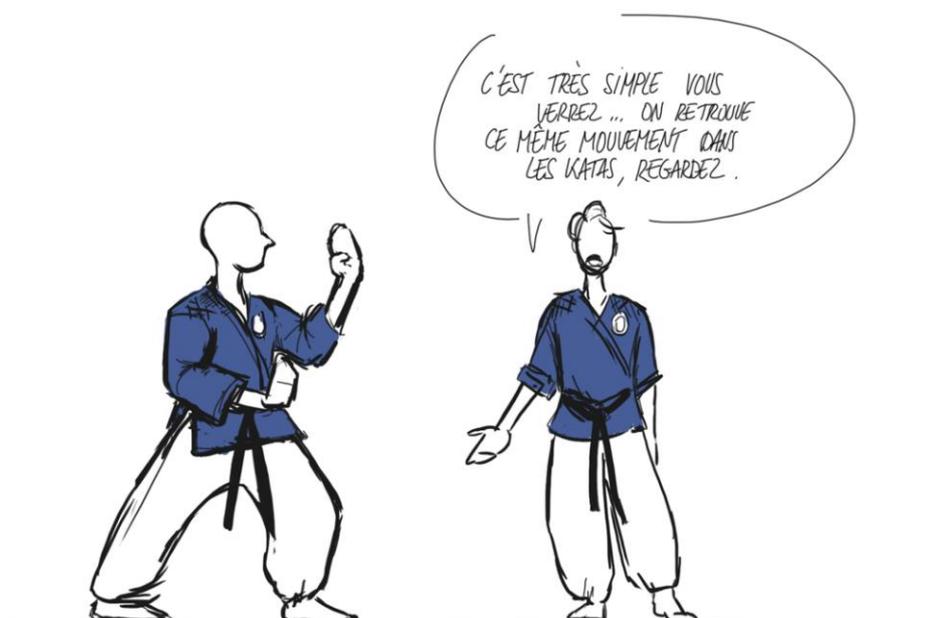
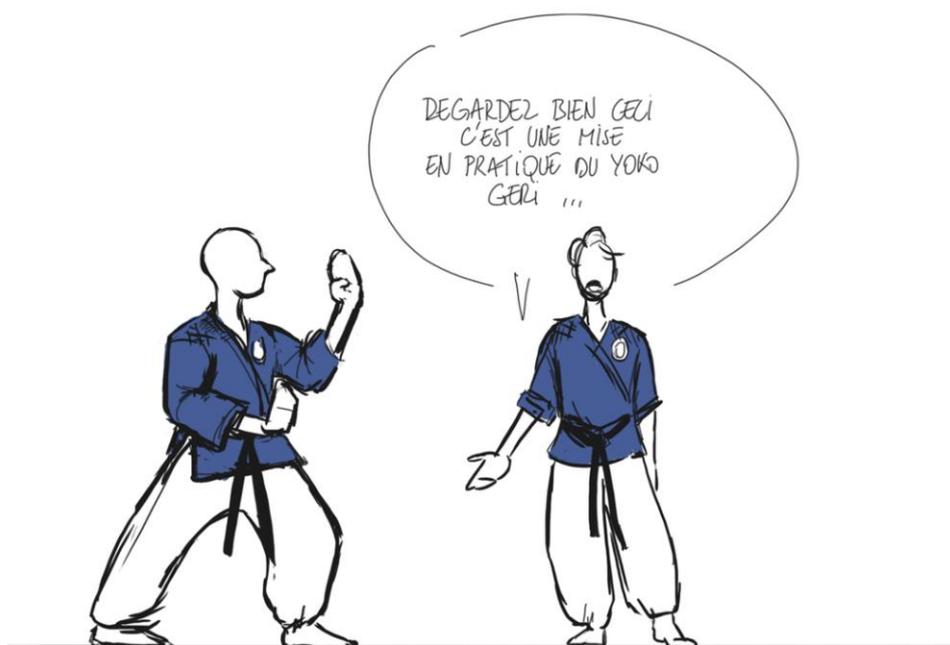
Au moment de conclure cette séance plein air, Stéphane Carel nous proposait de respirer au rythme du Tenshi Undo, histoire de remplir nos poumons de l'air transparent avant de replonger dans nos autos, nos villes, nos bureaux.



YOKO – QUI RIT SHUDAN



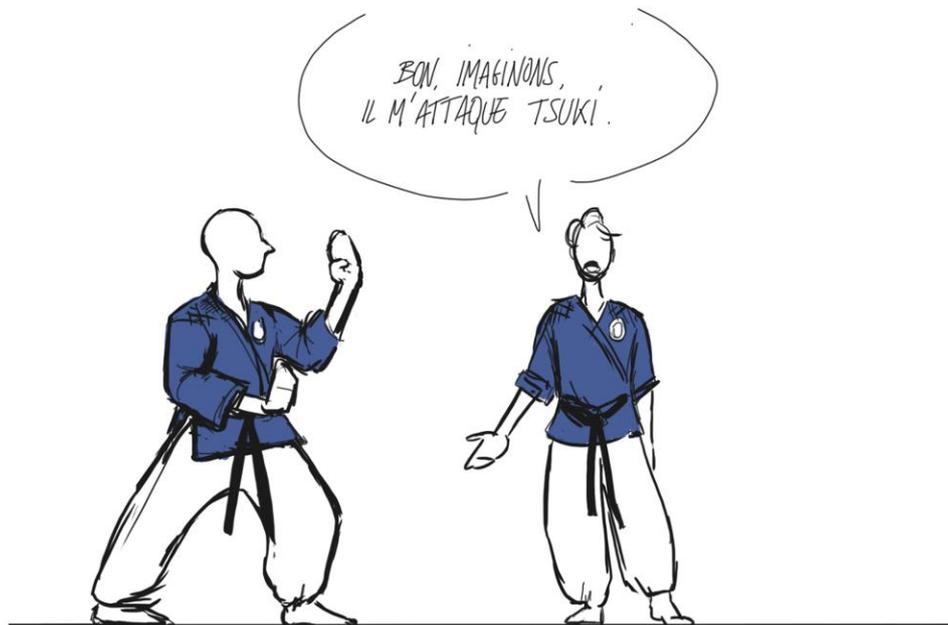
Benoit MAIRE



①

YOKO – QUI RIT SHUDAN

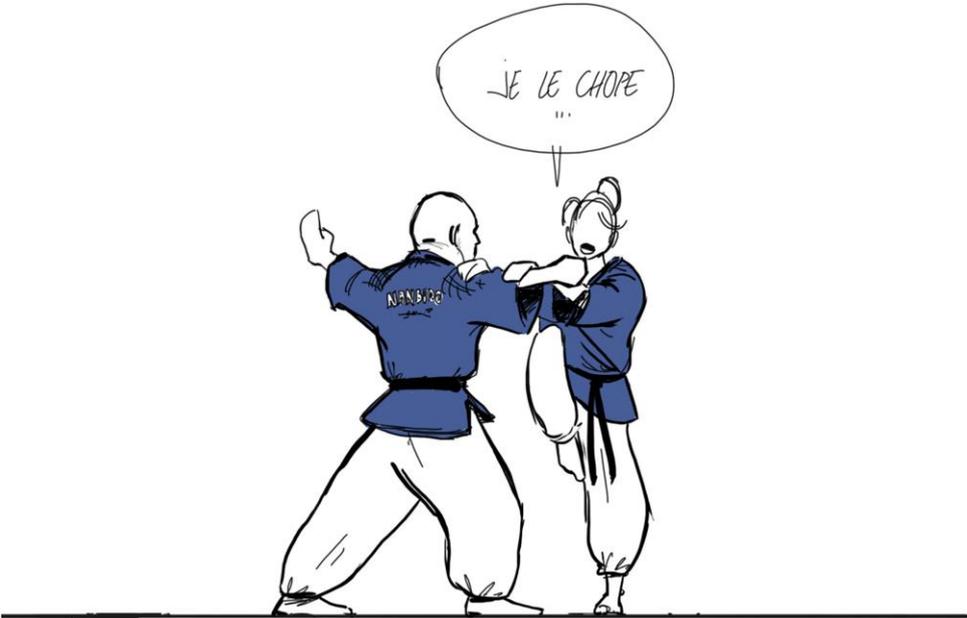
Benoit MAIRE



2

YOKO – QUI RIT SHUDAN

Benoit MAIRE



3

YOKO – QUI RIT SHUDAN

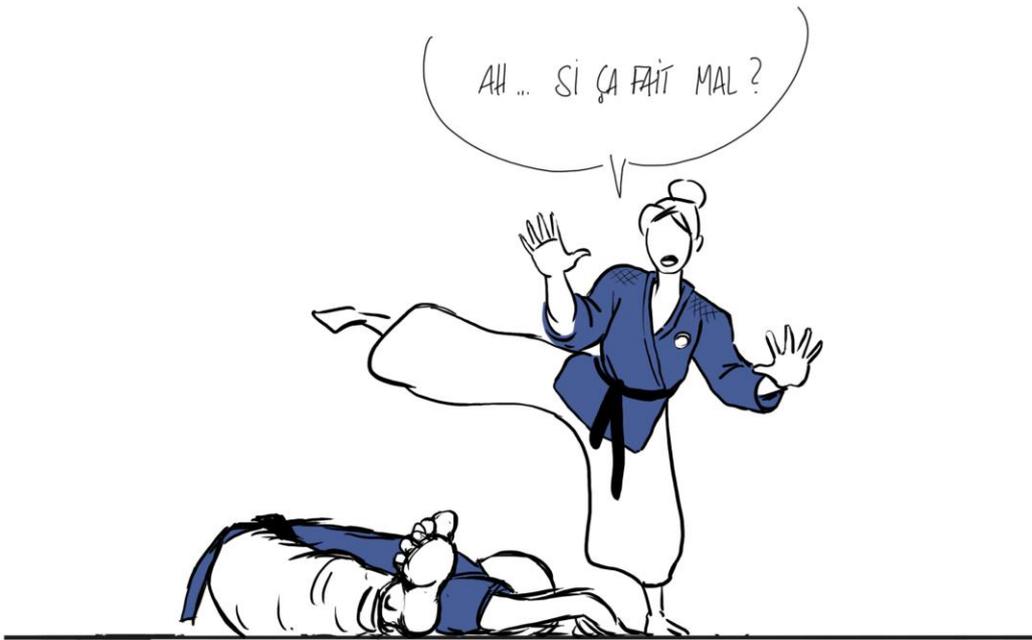
Benoit MAIRE



4

YOKO – QUI RIT SHUDAN

Benoit MAIRE



5

YOKO – QUI RIT SHUDAN

Benoit MAIRE

IL FAUT BIEN PENSER À OUVRIR
SON PIED D'APPUI...
S'INON, C'EST VRAI, ON PEUT SE FAIRE
MAL.



(6)

PREMIERE NAMI DE MANI

Mon Premier Stage :

Mani MULLER



Je m'appelle Mani Muller, je fais du nanbudo à Crest je suis ceinture jaune. J'ai commencé le nanbudo avec mon père à Sault et aussi à Montbrun avec Luc, mais je ne pouvais pas y aller souvent. Cette année j'ai recommencé le nanbudo avec ma Maman.



J'aimerais bien vous parlé de mon premier stage de nanbudo auquel maman m'a emmené.

C'était à Sault au mois de Mai, j'ai pu revoir des anciens Nanbudokas que j'avais déjà rencontrés.

Le Samedi matin à l'échauffement nous avons fait le Ki Nanbu Taiso, c'était la première fois que je le faisais et j'étais un peu perdu, heureusement qu'il y avait des hauts gradés sur qui on pouvait copier.

Ce qui est bien comme Stéphane l'a dit, (le plus haut gradé du stage), c'est qu'au Nanbudo à l'inverse de l'école nous avons le droit de copier sur les autres, et que nous avons tout notre temps pour apprendre à faire du Nanbudo le plus juste possible.

Avant de faire des groupes, tous ensemble nous avons travaillé la combinaison Ichiban de Nanbu Sotai Randori Ichi no kata. Ensuite je

suis allé dans le groupe de Gab et Florence avec les autres petites ceintures pour améliorer notre Nanbu Sotai randori Ichi no kata. Nous avons aussi travaillé les combinaisons Niban et Sanban. C'était la première fois que je travaillais avec d'autres Shihan que maman. J'ai trouvé ça très intéressant parce que je me suis rendu compte qu'il y avait parfois des petites différences d'un professeur à un autre.

Puis le cours s'est terminé, pour que tout le monde aille manger. Avec Maman, nous sommes allés nous balader en ville, avant que tous les adultes fassent leur réunion. Pendant ce temps à l'hébergement nous nous sommes bien amusés grâce au baby-foot et au ping-pong.

Quand la réunion s'est terminée, nous avons fait un nouveau cours de Nanbudo !

Comme d'habitude le cours commence par l'échauffement, heureusement pour moi ce n'était pas le Ki Nanbu Taiso ! Nous avons encore fait des groupes, au début nous avons commencé par les kihons avec maman. Elle nous a fait travaillé le Oi Tsuki, et le Furi Age, en avançant et en reculant. Puis Florence et Nico nous ont encore fait faire du Kihon, d'ailleurs les coups de pieds en reculant c'est vraiment pas facile !!!



Enfin avec Isabelle nous avons fait les saisies. Elle nous a montré comment nous enlever d'une saisie, et nous a dit qu'il n'était pas très malin de saisir, parce que ca nous fait perdre du temps pour arrêter une deuxième attaque de l'adversaire. Dans mon groupe il y avait un malvoyant Gregory, avec qui j'ai beaucoup aimé travailler.

C'était super avec Isabelle, à mon goût c'est vraiment une très bonne prof, parce qu'elle nous explique tout bien en détails et nous laisse donner notre avis.

Quand le cours s'est arrêté, Luc, le professeur de Montbrun nous à annoncer qu'il y allé avoir un apéro. C'était un peu la fête, les adultes et les enfants se sont bien amusés au baby-foot et au pingpong, il y avait une très bonne ambiance. On s'est tous couchés un peu tard ! Le dimanche matin, tous un peu fatigués, c'était reparti pour le Nanbudo, mais cette fois en baskets.

Nous sommes allés sur le terrain de foot faire des Katas. J'ai fait Ikkyoku avec Isabelle, et j'ai encore vu de nouvelles choses, cette fois c'est sur je le connais ! Puis toujours avec Isabelle nous avons fait Nanbu Nidan, c'est vraiment compliqué les Nanbu katas. Isabelle nous a expliqué que chaque Nanbu kata correspond à une saison, sauf Nanbu Godan , qui correspond à toutes les saisons réunies, il doit être drôlement dur ! A ce propos Nanbu Nidan représente l'été . Je me suis rendu compte qu'il comportait des techniques que j'avais déjà vu dans les Shihotais et dans certains randoris.

Ensuite tous ensemble pour la fin, nous avons fait un exercice respiratoire, on était vraiment bien dehors. Le cours du dimanche matin était le dernier cours du stage, certains sont vite repartis, et d'autres comme nous qui n'avions pas beaucoup de route avons pris le temps d'un petit pique nique.

Je suis super content d'avoir fait ce stage et je me languis vraiment d'en refaire d'autres.



SHIHOTAI KU

Par Magali Colomb



Série photos numéro 1 (Salut)



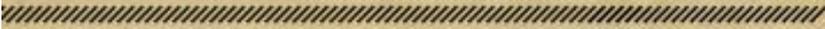
Série photos numéro 2 (jambe droite)

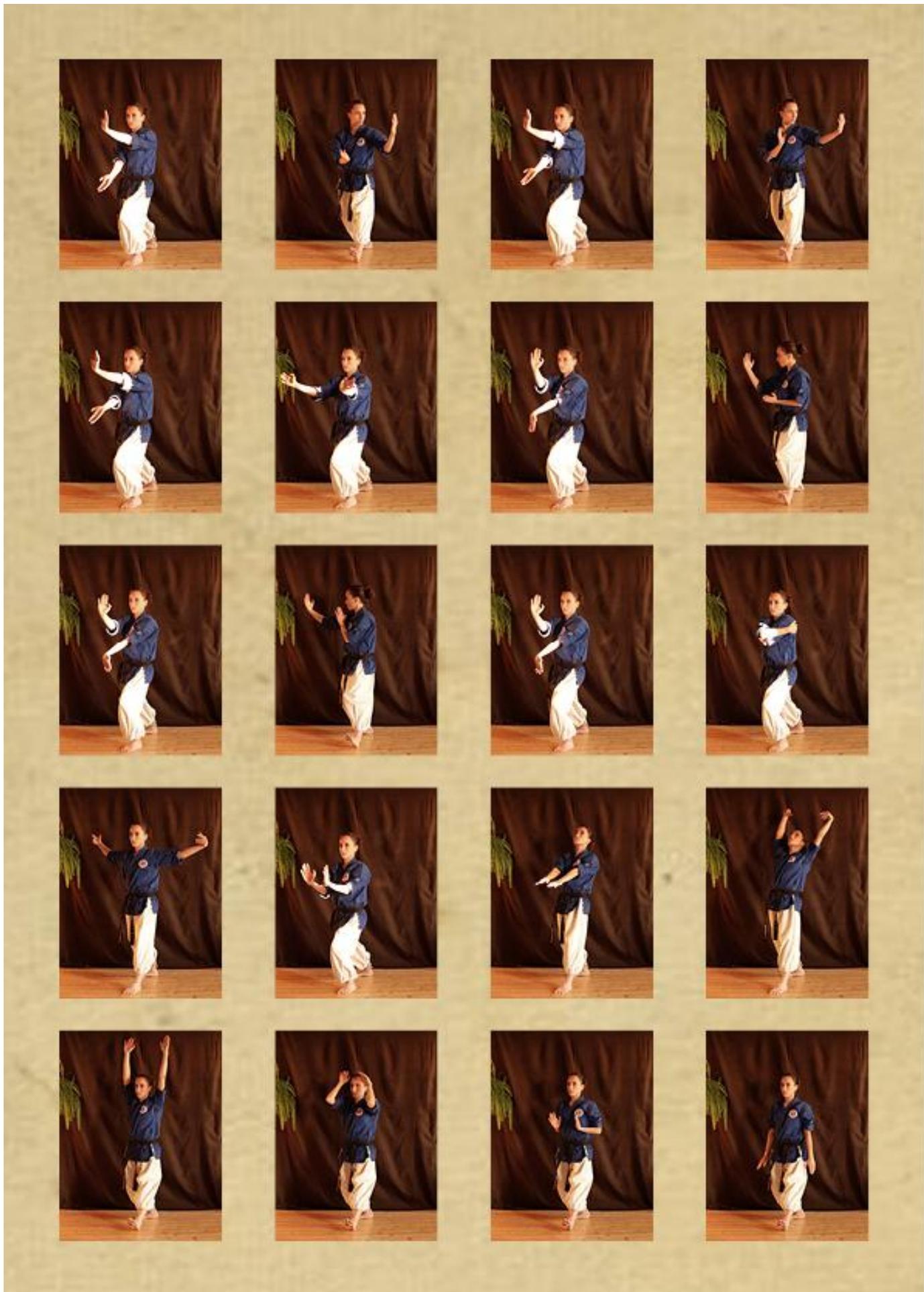






Série photos numéro 3 (jambe gauche)

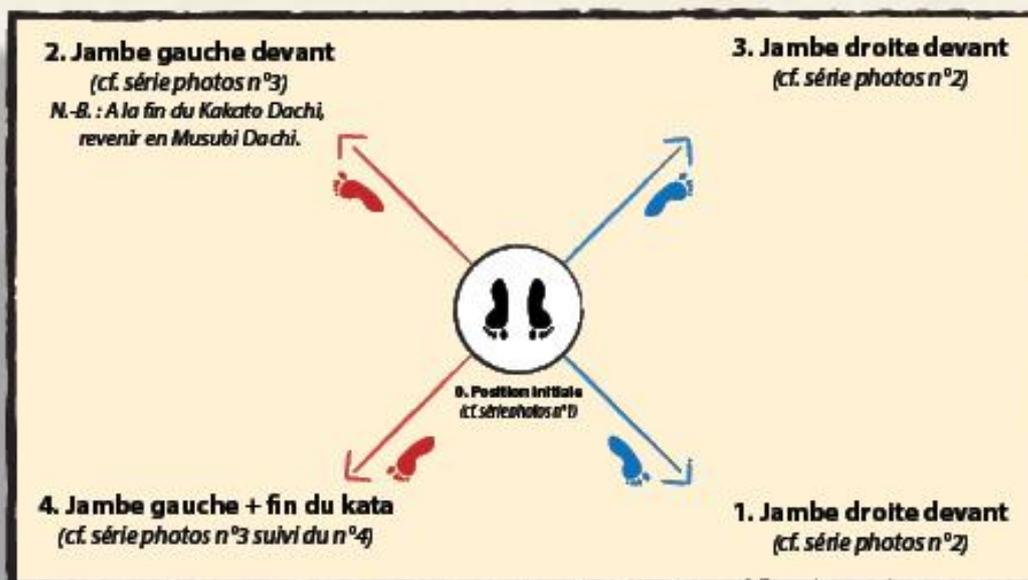




Série photos numéro 4 (fin du kata)



Schéma explicatif du Kata



KOKORO - I – COCO

Coupe de Provence :

Voici l'article paru dans le journal La Provence ainsi que sur le site de la FFKDA Ligue de Provence: **PAGE SPORT / COUPE DE PROVENCE NANBUDO 2014**

« Dimanche 2 février a eu lieu la première Coupe de Provence Nanbudo à Carry le Rouet.

De 10h00 à 16h00, pas moins de 45 jeunes sportifs des catégories poussins à cadets et 22 juges arbitres se sont rencontrés sur les 3 aires du gymnase Roger Arnaud.

La particularité du Nanbudo est de proposer une approche originale du combat de démonstration appelé : Randori. Le Randori se caractérise par la coopération qui est demandée à deux concurrents, au sein même du combat qui les oppose, d'où le terme de Coopétition Randori.

La Coopétition développe trois qualités : la première, sportive est illustrée par la démonstration de techniques de combats, la seconde plus stratégique, consiste à apprendre à coopérer avec son adversaire (mais pas trop !), et la troisième qualité est l'adaptation à l'autre afin de ne pas stopper l'action.

Il est important de noter que la Coopétition Randori annule l'effet de violence « fait de contraindre quelqu'un par la force ou l'intimidation ». L'acceptation du Partenariat ne nécessite plus d'utiliser sa force CONTRE celle de l'autre, mais d'utiliser sa force AVEC celle de l'autre. Les coups ne sont pas portés. Le spectacle sportif gagne en fluidité et en amplitude.



F.F. KARATE et disciplines associées

LIGUE DE PROVENCE

Le KARATE : un esprit Zen dans un sport SAIN

Nanbudo

Référent de l'école Nanbudo:
Monsieur Serge SALVAI
06 24 19 36 69

Adjoint:
Monsieur André BARBIERI
06 06 45 04 68

COUPE DE PROVENCE DU DIMANCHE 02 FEVRIER 2014

LIGUE DE PROVENCE FFKDA : COUPE DE PROVENCE NANBUDO 2014

Dimanche 2 février a eu lieu la première Coupe de Provence Nanbudo à Carry le Rouet. De 10h00 à 16h00, pas moins de 45 jeunes Nanbudokas des catégories poussins à cadets et 22 juges arbitres se sont rencontrés sur les 3 aires du gymnase Roger Arnaud. La particularité du Nanbudo est de proposer une approche originale du combat de démonstration appelé : Randori. Le Randori se caractérise par la coopération qui est demandée à deux concurrents, au sein même du combat qui les oppose, d'où le terme de Coopétition Randori. La Coopétition développe trois qualités : la première, sportive est illustrée par la démonstration de techniques de combats, la seconde plus stratégique, consiste à apprendre à coopérer avec son adversaire (mais pas trop !), et la troisième qualité est l'adaptation à l'autre afin de ne pas stopper l'action. Il est important de noter que la Coopétition Randori annule l'effet de violence « fait de contraindre quelqu'un par la force ou l'intimidation ». L'acceptation du Partenariat ne nécessite plus d'utiliser sa force CONTRE celle de l'autre, mais d'utiliser sa force AVEC celle de l'autre. Les coups ne sont pas portés. Le spectacle sportif gagne en fluidité et en amplitude. Ainsi, nous avons eu de beaux exemples, tout au long de la journée, applaudis par la centaine de supporters venus encourager les combattants de leur club. La remise des récompenses s'est faite en présence de Mr Serge Salvai, référent de l'école Nanbudo, de Mr Jacques Albe représentant le Comité Directeur de la Ligue de Karaté, de Mme Dominique Blaise Adjointe Jeunesse et sport à Carry le Rouet, de Mr Jean Montagnac, Maire de Carry le Rouet et de Mme Maria Reynaud, conseillère générale du canton de la Côte Bleue. Le club Nanbudo Côte Bleue, organisateur de cette première Coupe de Provence, a été salué pour la qualité de son accueil et la convivialité des services mis en place tout au long de la journée. « Le club s'est organisé comme pour l'apprentissage d'un kata par équipe, nous dit son président André Barbieri. Présence de tous sur le tatami des réunions, Détermination face aux épreuves réelles, Concentration dans l'exécution des tâches, Fluidité dans les relations entre nous. L'organisation de cette manifestation a nécessité l'engagement de Tous les membres du club. Nous étions Un seul être, à plusieurs mains, à plusieurs pieds, à plusieurs têtes». Ce qui est l'image de l'esprit qui régit dans le club : » Chacun a pris sa part de mouvement, de rythme, ajoute le président. Chacun fut le métronome d'une tâche. La solidarité s'est forgée entre nous pour éviter qu'un seul se trouve seul sur une tâche. C'est bien là l'esprit de l'Art Martial, de la Coopétition, du Nanbudo. »

Contact : 06.06.45.04.68
www.nanbudocotebleue.com
nanbudo.cotebleue@hotmail.fr

INFOS LIGUE :

A venir :
Stage de perfectionnement
Combat pour compétiteurs, arbitres. Ouvert au public. Avec Serge Tomas.

LISTE DES STAGES PROPOSES PAR LA LIGUE -> Stages

Les programmes et engagements des compétitions sont téléchargeables dans la rubrique Calendrier. ATTENTION : Nouveau mail UNIQUEMENT pour les engagements DE LIGUE de vos compétiteurs : compétition@provence.ffkda@live.fr

INFOS et DOCUMENTS disponibles --> Téléchargements

Points de règlement KARATE CONTACT dans --> Compétitions/Informations



Une parfaite harmonie du geste

Récemment s'est déroulée la première Coupe de Provence de Nanbudo à Carry-le-Rouet. Ainsi pour cette journée prévue de 10h à 16h, pas moins de quarante-cinq jeunes sportifs des catégories poussins à cadets et vingt-deux juges arbitres se sont rencontrés, sur les trois aires du gymnase Roger-Arnaud.

La particularité du Nanbudo est de proposer une approche originale du combat de démonstration appelé : Randori. Le Randori 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 Randori.

La coopération développe trois qualités : la première, sportive est illustrée par la démonstration de techniques de combats; la seconde plus stratégique, consiste à apprendre à coopérer avec son adversaire (mais pas trop !); et la troisième qualité est l'adaptation à l'autre afin de ne pas stopper l'action.

Il est important de noter que la coopération Randori annule l'effet de violence "fait de contraindre quelqu'un par la force ou l'intimidation".

L'acceptation du partenariat ne nécessite plus d'utiliser sa force contre celle de l'autre, mais d'utiliser sa force avec celle de l'autre.

Les coups ne sont pas portés. Le spectacle sportif gagne en fluidité et en amplitude. Ainsi, nous avons eu de beaux exemples, tout au long de la journée, applaudis par la cen-



Quarante-cinq jeunes sportifs des catégories poussins à cadets et vingt deux juges arbitres se sont rencontrés, sur les trois aires du gymnase Roger-Arnaud à Carry-le-Rouet. /PHOTO J.C.

taine de supporters venus encourager les combattants de leurs clubs.

La remise des récompenses s'est faite en présence de Serge Salvai, référent de l'école Nanbudo, de Jacques Albe représentant la Fédération Française de Karaté, Maria Reynaud, conseillère générale du canton de la Côte Bleue, du maire Jean Montagnac, de Dominique Blaise adjointe jeunesse et sports à Carry le Rouet. Le

club Nanbudo Côte Bleue, organisateur de cette première Coupe de Provence, a été salué pour la qualité de son accueil et la convivialité des services mis en place tout au long de la journée.

"Le club s'est organisé comme pour l'apprentissage d'un kata par équipe, explique son président André Barbieri. Présence de tous sur le tatami des réunions, détermination face aux épreuves réelles, concentra-

tion dans l'exécution des tâches, fluidité dans les relations entre nous. L'organisation de cette manifestation a nécessité l'engagement de tous les membres du club. Nous étions un seul, à plusieurs mains, à plusieurs pieds, à plusieurs têtes."

À noter que les jeunes du club de la Côte Bleue ont su tirer leur épingle du jeu et réaliser de belles performances face aux clubs marseillais.

Jean-Luc CAPARROS

En effet, l'échelon des du en minir ton et Lu Damien eux obte



COURS

Dimanche

Le Chrono 9h30 à la fin de l'année. La Bve sportive année en (ments) on nariat avec unal de → Rensei http://ch

OMNISI

nérale de 11 février

AVISAL

un évènement

nous com N'hésitez ☎ : 04424 - En nous - En nous sportsma

Ainsi, nous avons eu de beaux exemples, tout au long de la journée, applaudis par la centaine de supporters venus encourager les combattants de leur club.

La remise des récompenses s'est faite en présence de Mr Serge Salvai, référent de l'école Nanbudo, de Mr Jacques Albe représentant la Fédération Française de Karaté, de Mme Dominique Blaise Adjointe jeunesse et sport à Carry le Rouet, de Mr Jean Montagnac, Maire de Carry le Rouet et de Mme Maria Reynaud, conseillère générale du canton de la Côte Bleue.

Le club Nanbudo Côte Bleue, organisateur de cette première Coupe de Provence, a été salué pour la qualité de son accueil et la convivialité des services mis en place tout au long de la journée.

« Le club s'est organisé comme pour l'apprentissage d'un kata par équipe, nous dit son président André Barbieri. Présence de tous

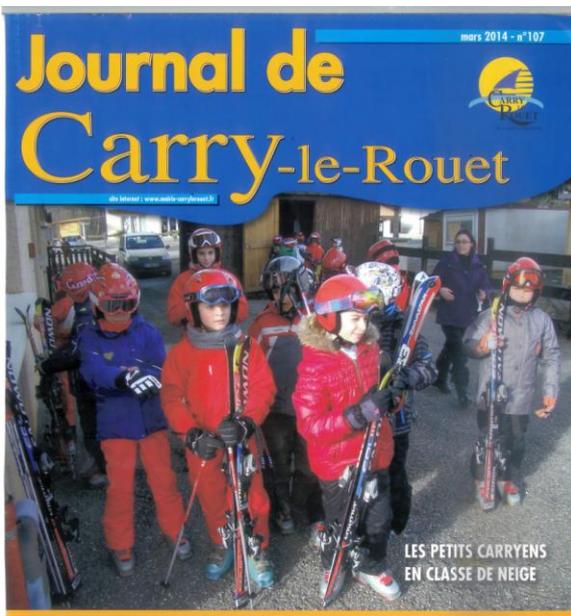
sur le tatami des réunions, Détermination face aux épreuves réelles, Concentration dans l'exécution des tâches, Fluidité dans les relations entre nous. L'organisation de cette manifestation a nécessité l'engagement de Tous les membres du club. Nous étions Un seul, à plusieurs mains, à plusieurs pieds, à plusieurs têtes».

Ce qui est l'image de l'esprit qui règne dans le club : » Chacun a pris sa part de mouvement, de rythme, ajoute le président. Chacun fut le métronome d'une tâche. La solidarité s'est forgée entre nous pour éviter qu'un seul se trouve seul sur une tâche. C'est bien là l'esprit de l'Art Martial, de la Coopétition, du Nanbudo. »

Contact : 06.06.45.04.68

www.nanbudocotebleue.com

nanbudo.cote.bleue@hotmail.fr



22 Rétrospective



Une première réussite... Pres d'une cinquantaine de jeunes sportifs ont pris part à cette compétition relevée

Succès de la première coupe de Provence de Nanbudo

Le Nanbudo Club Côte Bleue a organisé d'une main de maître la première Coupe de Provence de Nanbudo. Le club s'est engagé dans la compétition face à des clubs marseillais d'un excellent niveau national. En effet, les poussins Jade Pecot et Valérian Marché ont remporté l'argent en kata tandis que Soléa Tanné et Alessio Pesente ont gravi la troisième marche du podium. En pupille Léo Vincenti remporte à lui seul trois médailles : deux argent et une de bronze. En benjamin, ce sont Yoan Pizzorno, Thomas Vanzo et Dilan Begon qui montent sur la troisième marche du podium en kata par équipe. Thomas obtenant l'argent en kata individuel et le bronze en coopération Randori. Pour la dernière catégorie (minimes) engagée par le club, Laura Maraini et Lucie Vanzo empoignent l'argent en kata et le bronze en Randori. Soit un total de 16 médailles que l'on doit aux coaches Lionel et Laetitia Maraini. Contact : 06 06 45 04 68 www.nanbudocotebleue.com nanbudo.cote.bleue@hotmail.fr



DOJO JOYEUX JOYAU

Bagneux : Le grand Frère

Isabelle AMIEL

Petite fiche synthétique de présentation du club de Bagneux

Non : Club Olympique Multisports de Bagneux, section Nanbudo

Age : 30 ans.

Signe particulier : C'est actuellement le plus vieux club de Nanbudo de France !

Ses enfants (des clubs fondés par des élèves de Bagneux) : le club de Bourg la Reine (Jean-Pierre Hippon), de Paris (Florence Alpert), d'Igny (Ghyslaine Thomas). Sans compter ceux qui se sont ouverts puis fermés, et les parrainages divers (Orsay, Cachan...)

Domicile : Dojo OP Goin, à Bagneux, à la croisée des Cités HLM de la « Pierre plate » et du « Rond-point des martyrs de Châteaubriant », banlieue sud de Paris.

Fondateur : Stéphane Carel, qui anime toujours un entraînement régional Ile de France par mois, au dojo de Bagneux.

Professeurs actuels : Isabelle Amiel (responsable technique, tous cours), Joël Gibergues (adultes gradés), Jean-Luc Grandu (enfants), Ghyslaine Thomas (enfants), Laurent Lessaout (enfants et un cours « yang »), Florence Alpert (cours « yin »), Edouard Fomenou (adultes).

Anciens profs : Fabienne David et Gabriel David (Cachan) ont aussi enseigné à Bagneux. Véronique Montagnac (Orsay), a longtemps enseigné aux enfants. Antoine Vanhée, a longtemps dirigé le cours de kata. Laurent Calbrix y vient régulièrement, tout comme ceux précédemment cités, pour diriger des entraînements le week-end.

Les plus anciens du club, pratiquant toujours : depuis 1984, Stéphane Carel et Léopodo Aliaga, depuis 1985, Joël Gibergues et Jean-Luc Grandu, et depuis 1986 Isabelle Amiel.

Quelques « célébrités » du club : Mickael et Christophe Varet, Aline Marquez Pouey, Jef Soeung, Himad Bouhalfaia, Mourad Boukélifa, Djiby N'dao, Antoine Vanhée... J'en oublie plein !

Effectifs actuels : une quarantaine de pratiquants, dont une moitié d'adulte.



Pour évoquer les origines du club de Bagneux, il faut remonter 30 ans en arrière, et citer Stéphane, bien sûr. Il a une trentaine d'année, nous sommes en 1984 et il enseigne le sankukai à Bagneux. Avec l'arrivée de Fabien Shneider et Jean-Louis Trégan à Bagneux, Stéphane qui a déjà participé à des stages internationaux depuis les années 80, embarque ses élèves dans l'aventure.

Cette année là, Jean-luc, Joel et Léopoldo pratiquent déjà. L'année suivante, en 1986, je les rejoins. Nous ne sommes alors que deux femmes (Martine et moi) pour tout le club. J'ai 21 ans, mes bases de karaté et de judo m'aident à progresser et au bout de 6 mois, Stéphane me demande, ainsi qu'à Patrick Hippon, le frère de Jean-Pierre, de l'assister pour l'enseignement aux enfants. Stéphane tient à ce qu'il y ait au club des profs femmes, pour que les femmes et petites filles trouvent les modèles identificatoires qui les inciteront à venir pratiquer. Et pour l'équilibre yin-yang ! C'est le début d'une belle aventure, qui pour moi court toujours depuis bientôt 30 ans.

Les premières années, nous sommes tous très jeunes. Stéphane nous élève « à la dure », son enseignement est très « traditionnel ». Je me souviens que quand ça lui prend, il nous emmène courir pieds nus et en kimono dans toute la Cité. J'ai tellement peur de me retrouver toute seule dans cette tenue au milieu de mon quartier, que je fais de gros progrès en footing ! Philippe Talbot, plein d'humour, m'affranchit rapidement sur l'esprit du club : « s'entraîner



sérieusement, sans se prendre au sérieux ». Stéphane fait tellement le sérieux pendant les cours (moins quand on part en stage !) que parfois la rébellion s'organise. Nous sommes alors encore des gamins : un soir, à l'instigation de Philippe, nous terminons le salut en criant tous avec beaucoup d'énergie « chikarada, yukida, youplapla ! »

Dès les premières années, nous avons la chance d'accueillir Nanbu Doshu Soke pour un stage international, qui aura traditionnellement lieu, depuis cette époque, chaque fin d'année. Il se déroulait alors de part et d'autre du 1er janvier avec un réveillon ensemble, où Fabien, cuisinier de métier, nous régala !

Mais pour parler du Club de Bagnex aujourd'hui, il faut citer beaucoup d'autres personnes, et même écrire à plusieurs voix.

C'est ce que j'ai fait en profitant d'une de nos 3ème mi-temps pour interroger les uns et les autres. Car le club de Bagnex, c'est aussi une longue tradition d'autogestion de tout un groupe, avec un panel de professeurs très complémentaires, et des élèves très impliqués, sans frontière entre les deux statuts. Lionel, ceinture verte, pratiquant depuis mai 2012, raconte : « je voulais inscrire mon fils qui finalement choisit de faire du judo. Poussé par ma femme, j'essaie, en survêtement. J'ai travaillé avec un peu tout le monde, Léo m'a sensibilisé sur les positions de base et les mauvaises habitudes. Il apporte énormément, même si il faut aujourd'hui lui parler fort ! [rires] Pour moi, ce qui caractérise le club, c'est l'accueil... qui est, comment dire, affectueux ! »

Il ajoute : « A Bagnex il y a un professeur principal (Isabelle) et des professeurs « par matières » en quelques sortes, qui apportent chacun leur spécificité. Mais tous sont complémentaires et enseignent dans le même esprit. »



Cet esprit, c'est celui insufflé par Stéphane, qui reste aujourd'hui notre professeur à tous. Un esprit d'entraide, de solidarité, mais aussi d'implication dans la pratique, de goût de l'effort. Comme le rappelle Cyril Rognon, une des anciens de notre club, nous appliquons cette maxime héritée de nos contacts avec Robert Di Meo « pratiquer pour le plaisir et la santé ». Stéphane dit aussi « Sans but ni profit ». Je lui présente systématiquement chaque nouvel élève du club, lors des regroupements régionaux le dimanche. Ceux-ci me disent que c'est un moment impressionnant pour eux !

Ghyslaine nous arrive en 1995, après 7 ans d'aikido, 7 ans de judo et un an de kyokushinkai. Elle s'inscrit un an après sa fille, Aline Marquez Pouey, compétitrice émérite dont les combats avec Nassera (Saint Denis) restent dans les mémoires des



anciens. Laurent Lessaout nous rejoint en 2001, après 20 ans de hand et 10 ans de tennis. Cyril Rognon et lui, réaliseront l'exploit de réunir trois générations sur le tatami : Jean Rogon, (le grand- père), deux couples, Cyril et Claire Rognon, Anne-Gaëlle et Laurent Lessaout, et la jeune génération : Gaston et Clovis Rognon, Liam, Milo et Galène Lessaout. Car c'est aussi ça le club de Bagnex : la pratique intergénérationnelle. Nous avons depuis très longtemps des cours retraités, ouverts aussi à des plus jeunes qui veulent travailler doucement, et depuis quelques années, deux cours sont ouverts aux parents-enfants. Et le samedi et le dimanche, tout le monde peut venir. Nos pratiquants ont de 6 à 80 ans !

Nous sommes donc nombreux à enseigner. Selon Lionel : « Laurent c'est yang, Flo c'est yin... Edouard, c'est encore différent, Jean Luc aussi. Toi, Isabelle, tu nous dis toujours : fais toujours comme le prof te dit, il n'y a pas qu'une seule façon d'enseigner, de comprendre le Nanbudo ! Quand on débute, on a toujours quelqu'un qui nous enseigne quelque chose. Florence par exemple, c'est une sacrée personnalité ! » [rires]

Stéphane, ceinture verte, souvent surnommé « le petit Stéphane » par les profs, pour le distinguer de l'illustre fondateur, explique : « Notre dojo est super. De grande qualité. » Lui n'a pas eu l'occasion de connaître le petit dojo en préfabriqué « du provisoire » qui a duré bien des années !

Anne-Gaëlle, ceinture orange et femme de Laurent, rappelle : « Un des grands piliers du club c'était Antoine ». Un véritable « personnage » aussi brillant que déroutant. Si on avait l'idée de lui dire « Ca va ? » Il répondait systématiquement un laconique « Non. » « Et il descendait en chiko dashi pour faire la bise aux filles ! » C'est sûr, il nous manque bien sur les tatamis, ainsi que ses cours de kata. Heureusement, je le vois souvent et je peux rassurer tout le monde : derrière sa basse et sa batterie, il est heureux !

C'est au tour de Djiby, 26 ans, ceinture noire, de se souvenir : « Quand je suis arrivé à 13 ans, on m'a viré du cours enfants et envoyé dans le cours adulte « toi, t'es trop grand » [rires]. Alors je me suis retrouvé au milieu d'une bande d'adultes ceintures noires ! Puis je naviguais d'un cours à l'autre : avec les jeunes « de ma cité » et avec les adultes. » En effet, Djiby était tellement passionné, qu'il avait fini par fréquenter tous les cours : enfants, adultes retraités... Je me souviens aussi de sa complicité avec notre doyen, Albert Batin, qui hélas depuis nous a quittés et nous manque bien. Djiby ajoute que ce qui caractérise le club, pour lui, c'est sa convivialité. « Et les profs sont tous très sympathiques ! » ajoute-t-il, assis, un verre à la main, au milieu de ceux-ci !

SUR LE TATAMI DE L'AFDP- NANBUDO



Compte Rendu : Assemblée générale ordinaire de l'AFDP Nanbudo au 17/05/2014

Présents :

Benoit Maire, Catherine Korchia, Luc Marchianti, Stéphane Carel, Florence Alpert, Isabelle Amiel, Marc Cnicnibt, Lucien Turco, Raphael Bos, Magali Collomb, Ghyslaine Thomas Fouquet, Gregory Henriques, Romain Gustave, Max, Puxeddu, , Michèle Mariaud, André Barbieri, Gabriel David, Nicolas Rousseau, Michele Mariaud, Jean Paul Moulin.

19 présents, 8 clubs représentés et aucune procuration sur 13 clubs inscrits à l'AFDP Nanbudo. Détail des clubs représentés (par une personne ou une procuration) : ALCachan, COMBagneux, Cote bleue, Paris, Crest, NAMontbrun, UMS Estaque Plage, Igny.

Ordre du jour :

1. Bilan moral
2. Rapport d'activité
3. Bilan sportif
4. Bilan de la trésorerie
5. Calendrier prévisionnel
6. Questions divers

1. Bilan moral

Cette année a été marquée par des changements à la FFKDA notamment dans le programme des passages de grade et d'une attention plus particulière à la réglementation des tenues et du port de la ceinture.

Quoiqu'il advienne, notre pratique est le Nanbudo et nous nous devons de présenter du Nanbudo dans les passages de grade.

Il est également important de participer aux événements nationaux pour aider les clubs qui organisent et de partager notre compréhension du Nanbudo.

Enfin, actuellement de plus en plus de shihan sont nommés par Doshu Soke. Il faut s'en réjouir et respecter ces décisions. Les remettre en question signifie de remettre en question l'ensemble du système de grade Nanbudo dont son propre grade.

Le bilan moral a été adopté à l'unanimité



2. Rapport d'activité

a. Changement de réglementation de la FFKDA

Le contenu technique des passages de grade a évolué depuis juin 2013.

- Les passages de grade descendent dans les ligues. ils ne se font plus en inter-région.
- Le Nanbudo est sous le coup de 2 programmes de passage de grade : 1 spécifique Nanbudo et 1 spécifique Karaté Jutsu (Nanbudo faisant partie de cette catégorie).

La mise en place de cette nouvelle façon de procéder a engendré et engendrera des problèmes liée à des différences de compréhension du contenu technique et de la méconnaissance du programme Nanbudo par les jurys. **Il faut absolument faire remonter les problèmes pour que le bureau puisse agir au niveau du siège de la FFKDA.**

Ensuite, le retour d'expérience est important pour anticiper et préparer les futurs passages de grade.

Lors du passage de grade, la meilleure des attitudes est d'être conciliant sans toutefois faire des concessions dans la pratique du Nanbudo. Accepter de faire du karaté en passage de grade Nanbudo est délétère pour ceux qui viennent après.

b. Tenue vestimentaire réglementaire à la FFKDA

Il nous a été rappelé que le port de la ceinture rouge et blanche dans les évènements de la FFKDA est réservé aux pratiquants ayant le grade de 6e dan de la FFKDA. Le port du kimono blanc est également très fortement recommandé.

Stéphane CAREL va discuter de ce rappel que nous avons eu auprès de Doshu Soke afin qu'il donne son opinion sur la situation notamment lors du stage des experts japonais.

c. le Tenshin

Le Tenshin est le lien entre tous les clubs de Nanbudo. Il permet de partager nos actions, et l'activité de tous.

André Barbiéri, rédacteur en chef, lance un appel à tous de faire vivre ce magazine : " il est difficile de contacter un membre par club, mais dans ce magazine il n'y a pas de censure et il ne faut pas avoir peur de dire ce que l'on fait, ce que l'on vit, comment on vit le Nanbudo".

N'hésitez pas à envoyer vos impressions, articles et commentaires pour faire vivre le Tenshin

d. le site web

Le site actuel à vue le jour il y a 5 ans et est toujours géré par Stéphane Pautrat, le webmestre. Pour cette saison, l'objectif est de lui donner un coup de jeune et de l'adapter aux nouveaux usages.

L'espace Prof n'a pas trouvé sa place dans le quotient des professeurs. Il sera retiré du site pour mieux réapparaître dans une version plus adaptée.



e. le tour des clubs

Comme chaque année, l'ensemble des clubs ont pu s'exprimer sur leurs activités de la saison précédente.

Le rapport d'activité a été adopté à l'unanimité

3. Bilan sportif

- a. **Bilan de la compétition** : la saison sportive 2013-2014 a été une saison avec plusieurs compétitions :
- Coupe de France à Bompas en mars 2014
 - Coupe d'Ile de France à Bagneux en décembre 2013
 - Coupe de Provence à Carry le Rouet en janvier 2014
 - Stage compétition/arbitrage en Ile de France

La participation à ces évènements montre l'intérêt que les membres de l'AFDP Nanbudo à la compétition. Il faudra donc continuer sur cette lancée.

Le bilan sportif a été adopté à l'unanimité



4. Bilan de la trésorerie

	Recettes	Dépenses	Commentaire
Cotisations AFDP	3 283,60 €		13 clubs - 283 adhérents AFDP Nanbudo dont 274 adhérents et 12 clubs cotisants
Cotisations WNF	2 000,00 €		9 clubs et 85 pratiquants représentés par AFDP 2 clubs en affiliation directe 1 club et 25 pratiquants affilié via l'AFDP
Virement WNF		2 000,00 €	
Stage rentrée	0,00 €		
Stage rentrée - Défraiement transport/hébergement		0,00 €	
Coupe de France-Inscriptions	205,00 €		
Coupe de France-Défraiement Buvette		182,50 €	
Coupe de France-Défraiement Transport/Hébergement		246,00 €	Gabriel DAVID + Fabienne DAVID
Vente T-Shirts			
Achats DVD Nanbudo WNF		350,00 €	manque 10x volumes 5/6/7
Revente DVD Nanbudo WNF	80,00 €		
Site web		180,00 €	
Frais de tenue de compte/virements/relevés de compte		33,50 €	
Frais administratifs		15,95 €	timbres enveloppes
Exceptionnel Nanbudoka de l'année - saison 2012-2013		90,00 €	
Exceptionnel Cadeau Jean Collomb		112,40 €	
Frais de tenue de compte/relevés de compte/virements		33,50 €	
Total :	5 568,60 €	3 243,85 €	
Bilan	2 324,75 €		



Solde compte La Banque Postale au 12/05/2014	12 635,27 €
au 22/04/2013	9 419,52 €
au 22/05/2012	8 849,48 €
au 12/10/2011	5 257,70 €
au 12/05/2011	13 947,53 €
au 22/07/2010	8 693,03 €
Cotisations 2013-2014	2 988,30 €
Cotisations 2012-2013	3 218,30 €
Cotisations 2011-2012	3 308,30 €
Cotisations 2010-2011	2 778,30 €

Défraiement des arbitres par la FFK : Les remboursements ne sont pas encore parvenus malgré nos relances.

Le Bureau a proposé une manière de gérer le budget suivant les principaux projets récurrents. Il est proposé de répartir sur la base de la somme récupérée l'année précédente suivant le découpage ci-dessous :

- 40 % dédié aux projets de compétition
- 40 % dédié aux remboursements des déplacements du comité restreint du Bureau et des arbitres (sur la base approximative de 50€ par arbitre)
- 20 % dédié aux demandes exceptionnelles

Soumis à un vote spécifique, cette proposition a recueilli l'unanimité en faveur de sa mise en place.

Le quitus a été donné au trésorier

5. Calendrier : événements prévus

- a. Stage national à Crest le 11-12/10/2014
- b. Stage international de Paris à Cachan - fin déc. 2014
- c. Stage international à Marseille en 04/2015
- d. Stage national (lieu à déterminer) en mai
- e. Coupe de France à Bourg la Reine fin fév. 2015
- f. Coupe d'Ile de France (déc. 2014)
- g. Événements régionaux au nord (IdF) et sud

6. Questions divers

Aucune question n'a été posée.

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/index.php?code=TENSHIN>

