

FSK-LIAISONS

n° 61 - Décembre 2000

France Shotokan

| | |
|---|----------------|
| <i>Editorial</i> | <i>Page 2</i> |
| <i>Grand Opening</i> | <i>Page 3</i> |
| <i>Karate do "Plaisance du touch"</i> | <i>Page 7</i> |
| <i>A Gerard Debesse</i> | <i>Page 9</i> |
| <i>Marc, notre coach...</i> | <i>Page 9</i> |
| <i>Impressions des 24 heures de karaté...</i> | <i>Page 9</i> |
| <i>Souvenirs</i> | <i>Page 11</i> |
| <i>Informations</i> | <i>Page 12</i> |

Shotokan Ohshima Dojo



EDITORIAL

Voici le dernier numéro messin. La prochaine équipe, à Bergerac, aura certainement beaucoup d'idées pour dynamiser FSKL. Mais sans article, la tâche est impossible. N'oublions pas le mot LIAISONS du titre de cet organe de FSK. Organe de liaison qui est un élément important de communication à FSK. Une des particularités de FSK est l'importante proportion d'anciens, de personnes qui s'entraînent depuis plus d'une quinzaine d'années. J'imagine que chacune a des expériences, des messages, une envie de communiquer avec ses juniors ou seniors. La difficulté de nos amis de Bergerac devrait donc être la "sélection" des articles plus que leur quête. Espérons qu'il en sera ainsi.

Parmi les autres éléments nécessaires à "l'ambiance" FSK, il y a l'entraînement tel que nous le pratiquons depuis de nombreuses années et qu'il ne faut pas dénaturer, même si sa saveur un peu trop âpre, est à adoucir par-ci-par-là pour que les juniors puissent y goûter. N'oublions pas non plus la quête personnelle et individuelle faite à travers l'entraînement et tout particulièrement les stages spéciaux. Chacun a des motivations différentes et variables au cours du temps. Mais une chose me paraît certaine, c'est l'envie de faire de son mieux. Chacun fait ensuite avec ce qu'il a, ses qualités et ses faiblesses. L'objectif de passer le grade supérieur comme motivation principale me paraît bien futile.

Il est possible qu'il y ait des différences de points de vue entre certains d'entre-nous.

Tant mieux, c'est que nous sommes un groupe vivant. Il faut simplement que ces différences soient productives et enrichissantes et qu'elles ne soient pas simplement l'expression d'une volonté de pouvoir dont les tristes résultats remplissent la une de nos médias. FSKL n'est pas un lieu de polémique.

Ce numéro a un peu tardé. J'aurais aimé davantage de photos des USA, mais il fallait clore.

Un grand merci à ceux qui m'ont aidé dans la relecture de ces numéros lorrains.

Bon courage à la nouvelle équipe et mes meilleurs vœux de santé, de bonheur, et d'entraînements à tous.

Jean-Louis Véran

Voici la nouvelle adresse de la rédaction de FSKL:

Gilles Brunot
82 avenue Pasteur 24100 Bergerac
e.mail <gilvero@club-internet.fr>

FRANCE SHOTOKAN

66, rue de Sèvres

75007 PARIS

01 45 66 07 71

<http://www.franceshotokan.com>

Shihan

Tsutomu OHSIMA

**GRAND OPENING
Santa Barbara, California
SKA NEWSLETTER
19-22 août 2000**

L'inauguration du "SHOTOKAN OHSHIMA DOJO" prévue le 20 août 2000 à Santa Barbara a incité une équipe d'une soixantaine de français(es) à faire le voyage. Presque vingt ans ont été nécessaires entre le début du projet et sa réalisation. De nombreux bénévoles ont donné de leur temps pour permettre la construction de ce dojo.

Plus le jour "J" approche plus l'impatience de voir enfin le chef-d'œuvre se fait sentir. Mais avant cela nous participons à Nisei Week. C'est une fête traditionnelle de "Little Tokyo", le quartier japonais de Los Angeles, qui depuis 1957, permet des démonstrations publiques de divers styles de karaté. Cette année, seule notre école est présente car les circonstances sont exceptionnelles et le programme chargé pour ce samedi après-midi 19 août. Les démonstrations ont lieu au "Nishi Hongwanji Gymnasium" dans une salle qui se révèle étroite pour accueillir les centaines de participants attendus. Et comme il faut d'abord installer les officiels, deux files d'attente se forment dans lesquelles la French Team se regroupe et échange ses anecdotes sur comment voyager et manger pour pas cher!

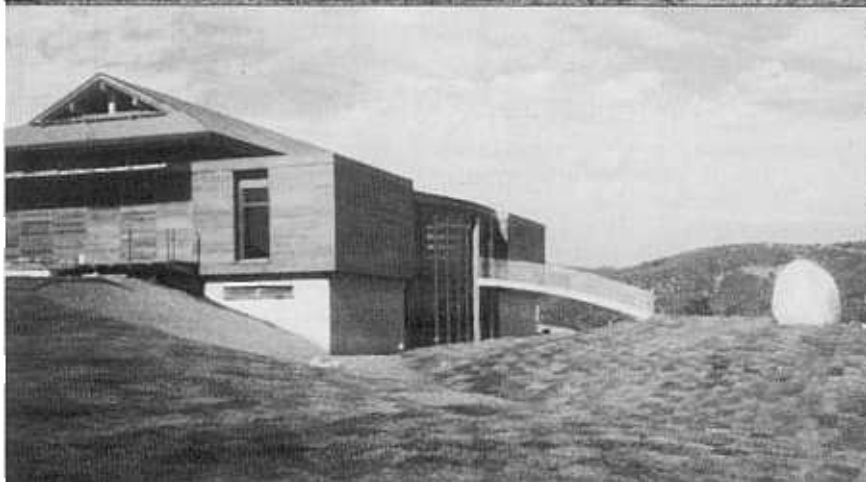
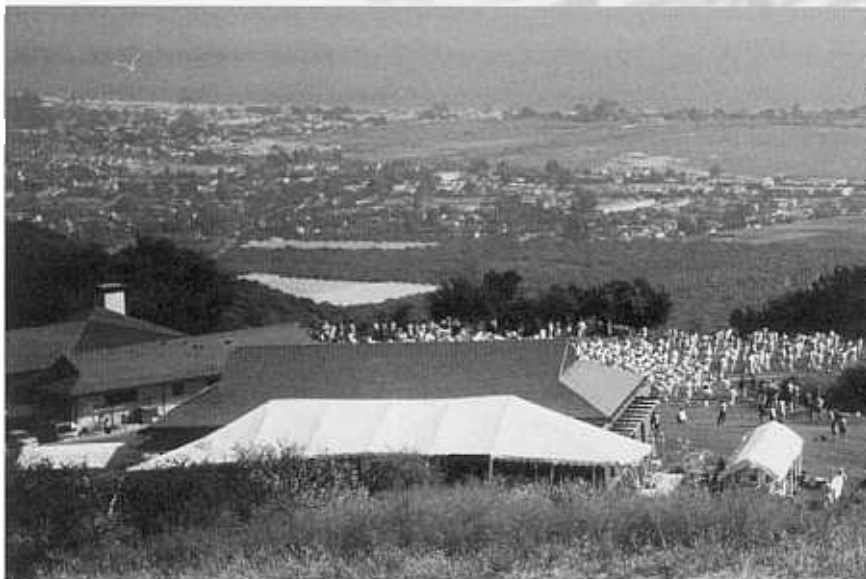
Finalement nous nous installons et la fête s'ouvre par la démonstration de nos amis suisses: Tekki shodan en groupe (Pascal Granger, Markus Hoter, Alex Guilgen).

Ensuite démarre la compétition avec Sylvain Crétin, Jean-Claude Humbert, Patrick et Philippe Mingui qui représentent la France. Les sélections sont entrecoupées de démonstrations: Jiyu-Ippon Gumite par Joël Nitikman (Canada Shotokan), torite par Pete Klimenko (Hong Kong Shotokan), nagewasa par James Uyoda (American Shotokan), Jion par Eli Cohen (Ivanji Shotokan). Pour la France, Richard Hiegel présente Empi. Progressivement nos trois mousquetaires (c'est bien connu, ils étaient quatre) progressent dans les éliminatoires et que voit-on en quart de finale: quatre américains et quatre français! La suite sera moins heureuse pour notre "French Team", nos représentants se faisant éliminer. Le vainqueur du tournoi est Dusty Dupré. Je ne suis certainement pas très objectif et le célèbre championisme français servira d'alibi, mais je trouve qu'il ont fait une excellente prestation. La fête commence bien.



Nisei Week se termine à deux blocs de là, à Maryknoll (centre japonais catholique), pour le dîner, un bon buffet suffisamment copieux pour nos "petits" estomacs. Franchement l'organisation a bien changé par rapport aux précédentes activités de 1990 (Harmony) où nous devions aller chez l'oncle Donald après ce qui était sensé être un repas!

Le lendemain, jour "J", nous sommes conduits à Santa Barbara, le "Toro Canyon" et la résidence de Maître OHSHIMA et le dojo. Nous arrivons par les hauteurs sous un ciel radieux. La vue est splendide. Elle donne sur une grande palouze doucement vallonnée qui s'étend en pente vers la mer. D'emblée le regard se pose sur le dojo parfaitement intégré dans l'environnement. De gros



pilliers en cèdre rouge délimitent trois côtés du dojo. Le quatrième pan s'ouvre vers l'est et la mer. Il donne sur un petit pont futuriste. A l'intérieur, on se reflète dans le plancher comme dans un miroir. Quant à la charpente, elle est conçue comme celle des temples que nous avons vus au Japon, avec une imbrication savante des poutres. Alain Gabrielli, l'architecte du dojo, doit être fier de sa réalisation! A une vingtaine de mètres de là se situe la maison de Maître OHSHIMA, elle aussi d'architecture épurée. Entre les deux bâtiments un gros rocher sur la palouze posé là par des camions (deux ont été nécessaires, le premier n'ayant pas tenu la charge) équilibre l'ensemble.

Enfin débute l'inauguration du dojo. Nous assistons d'abord à une cérémonie Shinto dirigée par Yoehibica Teiryubi (de Kauba Church). La religion Shinto se fonde sur le culte des ancêtres et la vénération des forces de la nature. Pour nous autres occidentaux, le rite paraît assez



un peu de sel et des pétales de fleurs. Le dojo est alors inauguré pour l'éternité. Longue vie au "SHOTOKAN OHSHIMA DOJO"!

Une question immédiate me vient alors à l'esprit: qui fera vivre le dojo? Nous évidemment en continuant à nous entraîner!

Un concert de piano et flûte fait suite à la cérémonie. L'ambiance créée par les sonorités de Toshiko Akiyoshi et Lew Tabakin dans le dojo est vraiment étonnante.

Puis vient un moment très attendu: la présentation d'un kata par Maître OHSHIMA: Hangaten. J'espère que notre cinéaste, Bruno, pourra nous préparer une vidéo à la hauteur de l'événement.

imposant avec les costumes traditionnels de l'officiant, mais aussi cette curieuse façon de parler, très "théâtrale". Nous participons directement à la cérémonie en déposant devant l'autel une petite branche d'arbre, avant de frapper deux fois dans les mains. Le rite se termine par de nouvelles "prières" puis l'officiant jette



Une démonstration de Ju-kumité est faite par les finalistes et demi-finalistes de la veille, c'est-à-dire Marc Cobagéra et Dusty Dupré d'une part puis Patrick Mingui et Sylvain Crélin d'autre part.



Nous finissons la soirée autour d'un frugal buffet de type country.

Dès le lendemain débute l'utilisation "normale" du dojo. Tout le monde a envie de mettre les pieds dans le dojo, voir et sentir de plus près l'ambiance qui se dégage de ce lieu. Pendant un moment le nombre de karatéka présents sur le plancher est vraiment impressionnant. Ce moment d'euphorie est vite interrompu par le début du passage de

grade des candidats godan. Malgré l'intérêt de voir ce dan-test historique par le nombre de candidats (une quarantaine), ce fut vraiment long.

Deux entraînements sur la pelouse coupent heureusement ces journées. Quel bonheur de se remuer un peu! Quelques kihon, un peu de kumité, et une pincée de katas. Voilà la recette d'un bon entraînement!

En ce qui concerne les agapes, autant les lunchs du midi que les buffets du soir sont excellents et copieux. Certes il faut attendre un peu, mais pour mille personnes le contraire aurait été étonnant. L'ambiance est conviviale et détendue. le temps passe vite.

Le dernier dîner précède les résultats du passage de grade. Curieusement ce soir là le crépuscule est vraiment frais.

Après quelques discours de remerciements et les traditionnels échanges de cadeaux, les résultats sont annoncés. Sont reçus environ cinquante pour cent des candidats avec, pour la France, Joël Vaillant et Marc Zerbat que l'on félicite chaleureusement.

Puis rapidement, gagnés par le froid de la nuit, nous nous séparons pour rejoindre les hôtels.

Pour certains les vacances américaines débutent, pour d'autres elles se poursuivent ou se terminent.

Enfin l'ambiance de ce "Grand Opening" 2000 était complètement différente de celle qui régnait à Harmony en 1990. Félicitons nos collègues américains pour cette organisation de haut niveau autant en ce qui concerne l'accueil, que l'hébergement, la restauration, les transports et bien sur la réalisation de ce magnifique dojo.

Maintenant, chacun se pose la même question: que va devenir le dojo? L'objectif initial prévoyait la réalisation d'un lieu de rencontre et d'échange de nos associations de karaté shotokan réparties à travers le monde, une "maison-mère" de notre école de karaté qui devrait éviter une quelconque scission et nous permettre de rester en contact, en harmonie.

Mais concrètement... Une permanence de cours assurée par des seniors? Des stages techniques ou spéciaux? Avec nos kiais, Maître OHSIMA ne va pas beaucoup se reposer!

Jean-Louis Vérant

KARATE-DO "Plaisance du Touch "

1) Stage Technique avec Joël VAILLANT les 11 et 12 mars 2000

Nous étions plus de 80 participants pour ce premier stage technique, organisé par le club de Karaté do de Plaisance du Touch. A l'image de nos confrères toulousains ce stage a été une réussite totale sur le plan organisation et convivialité (certains garderont en mémoire la soirée...).

Je remercie les clubs de Port Saint Louis, Bordeaux, Périgueux, Marseille, Toulouse et Castanet, qui m'ont fait l'amitié de nous : chacun a pu apprécier tout le charisme et les qualités pédagogiques de Joël VAILLANT.

2) Historique du club.

Le club de Plaisance du Touch, existe depuis dix ans, il y a cinq ans nous avons décidé de mettre en place une politique "jeunes ". Aujourd'hui, nous sommes 20 adultes dont 2 shodan, et 50 jeunes de 12 à 16ans dont certains ont maintenant 5 années de pratique. Pour

ceux-là et ceux qui avaient de bonnes aptitudes physiques nous avons organisé en décembre 1999, un stage dont l'objectif était de leur faire découvrir l'environnement d'un stage spécial, certes adapté à leur niveau physique, mais en respectant le contenu et surtout l'esprit et la mentalité l'objectif a été atteint, chacun a pris conscience du travail à faire, mais tous sont repartis avec l'envie de faire leur premier " vrai stage spécial "

Alain.

3) Stage à ASPET " confession d'un débutant de plus 40ans "

Le vendredi 10 décembre 1999, il était 22 heures environ lorsqu'on est arrivé à Aspet. Quelques minutes après, on était déjà en possession de nos chambres ; Les gradés ont eu leur premier cours qui a duré jusqu'à 0h20

Le réveil du samedi matin a été laborieux pour certains, et nous voilà en train de faire un jogging à 6h00 munis de lampes de poche. Ce n'était pas désagréable, mais il était difficile d'éviter la boue et les flaques d'eau. Si ma femme avait vu mon bimon lavé et repassé la veille... Puis le premier cours commun a commencé, La salle n'était pas très grande mais on était tous motivés : la taille du dojo n'était pas un handicap. Après 1h30 de cours, c'est l'heure de la douche, du déjeuner, et pas beaucoup de repos. Et déjà un autre cours commence. À aucun moment, Alain n'a voulu nous donner des détails sur le déroulement des prochains cours, personne n'a posé de questions, de toute façon, il n'aurait pas répondu.

Une dizaine de cours se sont enchaînés, entrecoupés (heureusement !) de pauses, repas, et sommeil...

criant, on pouvait hurler, rappeler que les vacances à la Réunion approchent pour certains... Mais c'était quand même dur, même pour les ceintures noires et marrons !

La trousse à pharmacie a été de plus en plus



Aucun n'a craqué, le mental était énorme. Je pensais que Sylvie s'était trouvée mal lorsque Alain l'a soulevée et l'a repositionnée face à nous, toujours dans sa position de KIBADASHI, mais c'était pour nous dire qu'il fallait prendre exemple, sa position était parfaite, même ses cheveux n'ont pas bougé, on aurait dit une statue.

sollicitée, et plus il y avait de cours et plus je voyais de bandages enveloppant la main de l'un ou la cheville de l'autre. Pourtant, personne ne se plaignait.

Puis, quand Alain a lancé YAME, personne ne s'est précipité pour quitter la position, Nous étions presque cloués au sol.

Après le jogging du dimanche matin, toujours avec les lampes de poche, Nous sommes allés rejoindre le dojo sauf que cette fois-ci, c'était pour faire KIBADASHI. C'était interminable... Une heure de kibadasbi je savais que ça allait être dur, mais pas à ce point!

Le petit déjeuner ne s'est pas étiré, il fallait se reposer avant le prochain cours qui commençait à 9h30. Dur, dur... Le dernier cours était fixé à 11H55. Puis ce fut le déjeuner précédé d'un apéritif très apprécié de tous.

Le début était calme et presque silencieux. On ne nous autorisait aucun instant de relâchement. Entre Patrick et Jacques qui criaient " Plus bas ! droit ! On ne s'appuie pas sur les coudes!" on pouvait s'exprimer en

Enfin, ce fut l'heure du départ. Un peu triste certes. Nous étions 4 dans la voiture, mais Nous n'avons pas beaucoup causé. J'étais fatigué, vidé. Mais à quand le prochain stage ?

Michel Kamoun

A GÉRARD DEBESSE.

Après avoir longtemps pratiqué avec nous, toujours à la recherche du bon mouvement ou de la bonne sensation, sans parler de ton humour qui nous a occasionné de débiles de fous rires en plein entraînement, de ton humilité et de ce gros cœur de nounours qui en a aidé plus d'un, tu viens de faire ton dernier salut à la vie. Tu n'as écrit un jour ces vers que j'aimerais reprendre...

Ecoute, Amie,

*Un jour vient où le monde enfin, répond à tes questions
Où l'univers s'entrouvre et t'apparaît dans sa vraie dimension*

Immense, profond, lumineux

Ce jour, Amie,

Le néant réduit à néant l'imaginaire,

Ton esprit rejoint la voûte céleste.

Alors, libérée des chaînes du quotidien,

Tu te rapproches de la lumière.

Tu ne sûrement trouvé cette voie qui conduit à la lumière.

Tu nous manqueras beaucoup.

Adieu Gérard.

Celle que tu appelais "Petite Sœur".

Marie Christine.

MARC, NOTRE COACH, UN KARATEKA MANAGER

Ce petit clin d'œil est adressé à Marc Puigcerver, Président, fondateur, et Professeur du dojo à

Eysines (33). Depuis une dizaine d'années, il enseigne les techniques (et ses défauts!) aux adultes et enfants, ce qu'il fait à merveille à raison de 2 entraînements par semaine.

Ce karatéka se débrouille toujours depuis 3 ans pour organiser un stage technique dirigé par Henry et René Hug en novembre à Eysines et nous accompagna tous les ans au stage technique de Toulouse. Marc, de bon cœur, propose une initiation au karaté pour les enfants d'une dizaine d'années pendant douze séances. Notre Marcus (surnom attribué par les filles) est tellement fier d'avoir réussi son nidan malgré une tendinite au genou (des séances d'acupuncture furent nécessaires pour limiter la douleur) qu'il veut présenter quelques jeunes au stage national de Vichy.

Pour te remercier d'être si patient et si manager avec nous depuis pas mal d'années, nous te dédions cet article.

Le trio féminin inséparable (Amélie, Anouk, et Noémie) et tout le club réuni.

IMPRESSIONS DES 24 HEURES DE KARATÉ NON-STOP DU MOIS DE NOVEMBRE 2000 AU PROFIT DE L'ASSOCIATION LES P'TITS PAS :

21900 oi tsuki par Patrick en 12 heures non-stop

- 1015 Heian Yodan par Blandine et JD pendant 12 heures non-stop

La première chose que je dirai ? Dur mais riche en sensations. C'est mon impression en parlant des

oï tsuki, même si la pensée de le faire avait vu le jour quelques temps avant.

Premier mouvement et premier doute face à l'énormité du défi.

Mouvements très physiques pour les 8000 premiers, beaucoup de force, quelques sensations de "frapper fort", encore trop de "juc", le cœur qui bat au rythme de combat et la tête qui "écoute pas, on pense pouvoir tenir avec cette énergie : c'est l'euphorie, la respiration est un mini-Kiai.

La cap des 8000 franchi, le corps a pris sa place dans le zen-kutsu et les tsuki sont plus fluides, le tout arrive ensemble avec une respiration ample et sans force. Le cœur bat lentement, les extrémités sont froides et il devient difficile de modifier la hauteur de son zen-kutsu. La moindre envie de frapper encore plus fort vous arrache les épaules, trop de rotations dans les épaules vous causent de grosses douleurs dans les lombaires et si vous accélérez, les tendons de vos jambes craquent dans leurs gaines.

Je n'ai jamais autant pris conscience des parties de mon corps, pas d'arrêt pour manger, boire en quelques secondes. Ne pas se plaindre car ce serait la fin rapidement, continuer à fixer le fond de la salle loin, très loin, ne pas se dire qu'il est 9 heures du matin et qu'à côté, tous les enfants dorment.

16000, peut-être plus, pourvu que celui qui compte ne s'endorme pas : chaque oï tsuki a son prix pour moi. Heureusement, je vois les autres défiler sur le tatami

toutes les heures et à chaque fois, un nouveau soutien, d'autres mots et toujours l'envie de ne pas les décevoir : "je suis toujours bas, dis ???"

Après 15000 la stabilité est là, c'est d'ailleurs étonnant de s'arrêter après un oï tsuki, rester dans la position et se sentir calme, stable, pas fatigué (dans le sens épuisément)

Non, très lucide, l'esprit clair, disponible pour la suite, l'impression que tout est en place. Chose étonnante je ne transpire plus, je suis sec : l'impression que tout mon corps a modifié son fonctionnement physiologique, il s'adapte à l'effort, à l'environnement, à l'esprit

Une forme d'unité nouvelle pour moi, c'est presque l'harmonie.... pourvu que cette sensation ma vocta

La fin est inattendue, pas un soulagement, pas vraiment une grosse fatigue, juste un dernier oï tsuki, avec dans le cœur et la tête assez de certitude pour vous dire

"encore 1000 pour une cause juste ???"

d'accord !!!"

Merci à mes seniors et à mes élèves

Tourlaville, le 10 novembre 2000

Patrick SCHOFFER

Suivent quelques photos de l'Est, qui est maintenant à la pointe du progrès avec appareil photo numérique et internet. Avis aux amateurs....

SOUVENIRS DU STAGE SPECIAL DE L'EST 2000 À BAERENTHAL



QUELQUES MOMENTS PRIS SUR LE VIFS APRES LE PASSAGE DE YODAN EN SEPTEMBRE À PARIS



INFORMATIONS

PASSAGE DE GRADE - PARIS - SEPTEMBRE 2000

YODAN

| | | | |
|----------------------|-----------|--------------------|--------------|
| BAUER Denis | COLMAR | MINGUI Patrick | LARMOR PLAGE |
| GEORGELIN Jean-Louis | QUIMPERLE | SCHOEFFER Patrick | TOURLAVILLE |
| GIRARD Christian | PARIS | STAEHLE Philippe | COLMAR |
| LAROCHE Jean-Pierre | PARIS | TUFFIN Jean-Pierre | PARIS |
| LASRY John | PARIS | ZITZER Yvan | COLMAR |

PASSAGE DE GRADE - SANTA BARBARA - AOUT 2000

GODAN

| | | | |
|---------------|-----------|-------------|-------|
| VAILLANT Joel | MARSEILLE | ZERHAT Marc | PARIS |
|---------------|-----------|-------------|-------|

RAPPEL: calendrier des katas

MOIS

Septembre
Octobre
Novembre
Décembre
Janvier
Février
Mars
Avril
Mai
Juin
Juillet-Août

JUNIORS

Heian Shodan
Heian Nidan
Heian Sandan
Heian Yodan
Heian Godan
Tekki Shodan
Kanku
Bassai
Heian shodan/Nidan
Heian Sandan/Yodan
Révisions

SENIORS

Empi
Hangetsu
Tekki Shodan
Tekki Nidan
Tekki Sandan
Jion
Kanku
Bassai
Jutte
Gankaku
Révisions