

# FSK-LIAISONS

n° 62 - mai 2001

*France Shotokan*

## Sommaire

Editorial	p.2
Interview de m° OHSIMA	p.3
La leçon	p.8
Stage special de carry	p.9
Quoi de neuf , doc ?	p.12



### **Stage spécial de Baerenthal 2000 :**

Jean-Louis : “-Les bergeracois, ou vous descendez en kiba dachi ou vous prenez la suite de France shotokan liaisons...”

La main passe.....Jean-louis nous laisse la responsabilité de FSKL.

Je me rappelle les premiers bulletins qui arrivaient dans ma boîte aux lettres et la frustration lorsque le numéro suivant tant attendu... se faisait attendre!!!

J'entendais bien les doléances des responsables qui se plaignaient du manque de textes envoyés par les membres de France shotokan et que FSKL ne pouvait être imprimé vide de tout contenu!!! .

Bien sûr à partir de maintenant nous allons crouler sous les textes et les photos!!

Ils peuvent être envoyés à l'adresse suivante:

**Gilles BRUNOT**  
**82 avenue PASTEUR**  
**24100 BERGERAC**  
ou bien par E.MAIL:  
**gilvero@club-internet.fr**



L'interview de Maître OHSHIMA que vous allez lire a été réalisée par John SCHONEBOOM de American Shotokan. Nous remercions Renée Hug pour son aide à la traduction.

Merci aux auteurs des articles et photos pour leur contribution à la réalisation de ce numéro.

Merci aussi à tous nos prédécesseurs qui ont œuvré afin que FSKL puisse perdurer.

**Eric et Gilles BRUNOT**



**FRANCE SHOTOKAN**

**66, rue de Sèvres**

**75007 PARIS**

**01 45 66 07 71**

<http://www.franceshotokan.com/>

-----  
**Shihan**  
**Tsutomu OHSHIMA**

**Cette interview a été réalisée par téléphone, à la fin de septembre, début octobre 1998. Je voudrais remercier M° OSHIMA d'avoir pris le temps de répondre à mes questions.**

**J.S. : peut-être pouvons-nous commencer par vos débuts au karaté. En quelques années seulement vous avez été Sandan et capitaine de l'université de Waseda. Comment avez-vous fait? Comment êtes-vous devenu si bon en si peu de temps?**

**M° OSHIMA :** Beaucoup de gens doués et forts furent blessés ou tombèrent malades et abandonnèrent. Je n'étais pas particulièrement habile au début bien que possédant une expérience des arts martiaux (Kendo, Judo, Sumo...) depuis que j'étais tout petit.

Mais l'entraînement de karaté à Waseda était très difficile et d'un très haut niveau dès le début.

Nous faisons 4 stages spéciaux par an d'une durée de 7 à 10 jours, aussi était -ce difficile! 120 personnes se sont retrouvées au printemps 1948. À cette époque, juste après la 2° Guerre mondiale, il n'y avait pas toujours beaucoup de nourriture à Tokyo, les conditions étaient difficiles. Si bien que beaucoup de gens tombaient malades ou se blessaient et après le stage spécial d'été le nombre de pratiquants est tombé à une trentaine, les autres avaient cessé de s'entraîner. Après un an il ne restait que 15 ou 20 personnes seulement. Et à l'automne, quelques personnes essayèrent de nous rejoindre, mais c'était difficile de rester dans le groupe.

La plupart de mes collègues sont devenus ceinture noires après seulement un an ou un an et demi, mais je restais ceinture blanche. Ce n'était pas parce que j'étais faible. J'étais plutôt bon en combat et à l'époque nous pratiquions presque comme du combat réel. Nous nous frappons durement et j'ai été KO plusieurs fois et hospitalisé 2 fois!! Beaucoup de pratiquants ne pouvaient pas supporter ce traitement. Je restais mais j'étais toujours maladroit en kihon et en katas. Par contre, je pense que j'étais bon en combat, c'est pourquoi j'ai pu survivre.

À cette époque, nous n'avions pas de ceinture marron parce que nous n'avions pas de teinture pour en fabriquer! Aussi restions-nous ceintures blanches très longtemps. J'étais très têtu car je suis resté longtemps ceinture blanche. Certains de ceux qui étaient devenus ceintures noires stoppèrent leur progression. Moi, j'étais en dessous des bons seniors et j'étais toujours une cible pour eux. J'étais le meilleur des ceintures blanches, aussi m'utilisaient-ils comme sac de frappe! À cette époque, je m'entraînais dur, avant la ceinture noire. C'est pourquoi j'encourage toujours les ceintures marron à faire de même. C'est la meilleure période pour s'entraîner. Si quelqu'un est promu trop vite, il peut se décourager. Mais si vous avez des problèmes et souffrez quand vous êtes ceinture marron cela n'arrivera pas. Après être devenu Shodan, je me sentis à l'aise avec les ceintures noires qui avaient été promues avant moi. Ce devait donc être parce que je me débrouillais bien.

Puis, l'année suivante, je suis passé Nidan, j'avais dépassé un grand nombre de ceux qui étaient devenus Shodan avant moi. Après le Nidan, j'ai visité d'autres écoles de Karaté,

trois

d'autres clubs, d'autres styles et j'ai fait beaucoup de "rencontres", comme nous les appelions. En fait cela ressemblait presque à des duels. Et après avoir visité beaucoup d'autres écoles, j'ai pris confiance en moi et je suis devenu Sandan. La principale raison pour cela, avec le recul, est que je n'ai jamais regardé les autres pendant les stages spéciaux parce que j'étais trop fatigué ou trop déçu par ce que je faisais. Je pensais que tous les autres faisaient bien, mais que moi, c'était mauvais, désespérant. Mais je fus très surpris la 3<sup>e</sup> année quand un ancien du club vint et observa discrètement chaque pratiquant. A la fin du stage spécial il dit devant tout le monde en me désignant:

"Ce jeune homme s'est poussé à fond du début à la fin, c'est le meilleur!" Je fus surpris parce que je n'avais jamais pensé que j'étais bien par rapport aux autres pratiquants, j'étais seulement déçu par ce que je faisais. Mais, d'après les seniors, j'étais bon, donc je devins capitaine du Karaté club de l'université de Waseda.

Je pense que c'était parce que je faisais de mon mieux, pas seulement devant quelqu'un pour ensuite tricher à d'autres moments. J'étais toujours le même, que les gens m'observent ou pas, j'essayais de faire de mon mieux. En devenant capitaine, j'ai pris la grosse tête, dans un certain sens. J'ai dirigé beaucoup d'entraînements et commencé de nouvelles

choses. Un autre exemple, c'est quand j'ai créé une forme de compétition, c'était la première fois dans l'histoire du Karaté.

Je n'étais pas impliqué dans quelque groupe politique que ce soit, mais à cette époque, à l'université, il y avait beaucoup d'étudiants qui étaient de droite ou de gauche et qui se bagarraient. Je m'interposais toujours et je disais: "OK, je vais être ton adversaire."

Et soudainement, tout le monde se calmait. J'ai également fait une déclaration au nom du club

face à la police qui venait taper sur les étudiants. Je ne voulais pas être impliqué dans un groupe politique mais je n'ai jamais aimé que quelqu'un use de violence.

Un jour, des gangsters sont venus sur le campus, je les ai juste mis dehors. J'ai toujours fait ce genre de choses avec beaucoup d'agressivité quand j'étais capitaine de l'université de Waseda.

**J.S:** N'était-ce pas dangereux? N'avaient-ils pas d'armes?

**M° OHSHIMA :** Ils n'avaient pas d'armes à feu, seulement des couteaux. Mais je n'ai jamais considéré ces gens comme des

gens forts. Les gangsters me respectaient parce que je leur parlais directement. A chaque fois qu'ils venaient, je m'en occupais. Je ne les ai jamais frappés, je les ai juste mis dehors. Il est arrivé qu'ils fassent leur petit trafic à l'intérieur de l'amphithéâtre. Les gangsters n'avaient pas le



droit d'entrer à l'université, mais personne n'osait les mettre dehors. Aussi ai-je dit à leur chef:

"A partir de maintenant, vous devez rester dehors. Aussi longtemps que je serai ici, vous n'aurez aucun droit à entrer!!"

Ce gars fut surpris, il devint pâle, il m'a juste regardé, je l'ai regardé et il s'est enfui. Quand il fut assez loin, il se retourna pour dire:

"OK, attends-moi, je reviens avec ma bande!

-OK, venez quand vous voulez" ai-je répondu. Et il n'est jamais revenu.

Une autre fois, un de mes juniors a eu des problèmes avec des voyous et ils sont venus se plaindre à moi. Ils essayèrent de nous extorquer de l'argent et voulurent que nous leur fassions des excuses. Je les ai juste écoutés et quand ils ont fini leur stupide discours, j'ai dit:

"C'est tout? C'est tout ce que vous avez à dire?"

J'ai fait un pas vers lui, il a sauté en arrière et il s'est enfui. J'ai dit:

"Dis à ton patron de venir me voir!!"

Ils ne sont jamais revenus et n'ont jamais ramené le big boss.

Quand j'étais jeune, j'étais comme ça.

Je n'ai jamais eu peur de quoi que ce soit parce que, quelques années auparavant, j'avais été lâche alors que j'allais à Tokyo, arrivant de ma campagne. Dans le train, quelques voyous battaient un jeune homme que je ne connaissais pas, je ne m'étais pas levé pour l'aider et j'avais eu honte de mon attitude.

Donc je voulais être, un jour, assez fort pour lutter contre ces voyous. Quand je suis devenu capitaine de Waseda, j'ai pris confiance en moi et j'ai pu agir à chaque fois qu'une telle situation se présentait.

**J.S: Qu'avez-vous fait entre 1953 et 1955, après avoir été diplômé de l'université de Waseda et avant de venir aux USA?**

**M° OHSHIMA :** Je donnais des cours aux américains du S.A.C. (Strategic Air Command).

Ces gens venaient pour apprendre le Judo, le Karaté et l'Aïkido. Je leur apprenais le Karaté avec Mr Nakayama, de la JKA (Japan Karate Association) au Kodokan à Tokyo.

J'avais aussitôt fait ma demande de visa à l'ambassade des USA, mais, à cette époque, c'était très difficile de l'obtenir, même si je donnais des cours aux américains.

J'ai dû attendre un an et demi. Pendant ce temps je travaillais avec mon beau-frère dans la compagnie de mon beau-père, en attendant le visa.

Après l'avoir eu, je suis venu aux USA. Maintenant c'est facile mais à l'époque c'était très difficile.

**J.S : Je voulais vous demander si vous étiez venu spécialement ici ( aux USA) pour enseigner le karaté ou bien seulement pour continuer des études supérieures?**

**Maître OHSHIMA:** Maître Funakoshi et les autres seniors n'avaient pas imaginé que le karaté pourrait être populaire à l'étranger. Quelques uns de mes seniors m'avaient demandé:

"Est-ce que tu vas enseigner le Karaté aux USA?"

Je répondis:

"Comment le saurais-je? Peut-être que personne aux USA ne voudra apprendre quelque chose par mon intermédiaire."

Mais je leur ai promis de continuer à pratiquer. Je

m'entraînais donc seul, mais pas pour enseigner. J'allais à l'université américaine mais mon anglais était si pauvre que je n'arrivais pas à suivre. Ce qui fait que j'étudiais encore moins et m'entraînais encore plus. Si j'avais été un bon étudiant, peut-être n'aurais-je jamais enseigné le Karaté!!

**J.S : Donc nous avons eu de la chance que vous ayez eu des difficultés!! Faisons un retour historique dans le temps: comment pourriez-vous décrire l'influence du fils de Maître Funakoshi, Yoshitaka, dans le développement du Shotokan?**

**Maître OHSHIMA :** Il y a 2 choses. L'une est que maître Funakoshi sentait qu'il lui manquait quelque chose dans la transmission de l'ancien Karaté d'Okinawa, il a envoyé son fils à Okinawa à la rencontre d'anciens experts et celui-ci a appris humblement avec eux. Il avait très bonne réputation auprès de ces experts, c'était, je pense, lorsque Yoshitaka était adolescent.

La seconde chose est que Yoshitaka pratiquait depuis qu'il était très jeune et il a toujours essayé d'être un combattant réaliste. Son niveau en combat était donc exceptionnel et sa technique était parfaitement "polie". Il avait donc un kime exceptionnel.

Les meilleurs pratiquants de cette époque (comme les seniors Egami et Kamata Watanabe) ont été fortement influencés par lui. Ils avaient à peu près le même âge et ils étaient amis, bien qu'ils respectaient Yoshitaka en tant qu'instructeur. Senior Egami a souvent pratiqué avec lui et avant qu'il ne parte à la guerre, senior Watanabe s'est entraîné avec Yoshitaka tous les jours. Donc ces seniors ont été fortement influencés par lui et

m'ont transmis cette influence. Mais le fils de maître Funakoshi est mort à l'âge de 27 ou 28 ans. C'était donc un jeune expert. Maintenant, avec le recul, sans minimiser l'homme exceptionnel qu'il était, il ne pouvait à cet âge avoir atteint un si haut niveau que cela, mais je le considère comme un des rares génies parmi les pratiquants du Karaté.

**J.S : Une autre question historique: depuis que le Karaté a été introduit par maître Funakoshi au Japon il semble que les postures soient devenues plus longues et plus basses avec le temps. Vous avez dit qu'il y avait eu une influence du Kendo, mais est-ce quelqu'un en particulier qui a apporté ce changement dans le Karaté Shotokan?**

**Maître OHSHIMA :** OK, 2 choses.

La grande influence du Kendo a été sur la distance, le "ma" entre 2 adversaires, qui s'est agrandi. Ce n'était pas une question de taille. C'est parce qu'ils avaient des sabres, ils pouvaient sauter et couper l'adversaire. Le Karaté d'Okinawa n'avait pas un "ma" aussi long.

L'autre raison est qu'il y a beaucoup d'endroits rocaillieux sur l'île d'Okinawa. Il n'y a pas d'endroit plat, aussi les pratiquants ne pouvaient-ils pas aisément sauter sur leur adversaire à l'attaque ou en défense. Mais quand le Karaté est arrivé au Japon, il y avait des dojos avec de magnifiques planchers. Les kendokas pratiquaient là et nous utilisons ce genre d'endroit nous aussi, c'est pourquoi nous bondissons sur l'adversaire, cela s'appelle tobikomi. Ce type d'attaque et cette distance sont devenus des éléments particuliers du Shotokan.

**J.S:** C'est donc venu des kendokas qui pratiquaient le Karaté.

**Maître OHSHIMA:** Oui, beaucoup de gens sont venus au Karaté, des kendokas et des judokas. La plupart des gens avaient pratiqué un ou deux arts martiaux. La plupart des pratiquants étaient des ceintures noires de Kendo ou de Judo. Donc ils utilisaient leur propres techniques et introduisaient au Karaté leur propre façon de s'entraîner.

Une des choses que les kendokas ont apportées au Karaté a été cette longue distance et le fait de bondir tout de suite sur l'adversaire. Nous ne restons jamais sur un mat très court. Et les judokas étaient très bons dans les techniques de projection, aussi essayaient-ils de nous saisir à chaque fois. Je pratiquais aussi le Judo mais ils étaient 3°, 4° et 5° dan de judo pratiquant le Karaté!! S'ils arrivaient à nous saisir, ils étaient bons!!

La conséquence est que les techniques de projection ont disparu du Karaté. Nous les avons gardées comme des pièces de musée. Mais comparées à celles de Judo, les projections de Karaté ne sont pas si bonnes que cela.

Donc, l'influence du Judo dans le Karaté, c'est que celui-ci mit l'accent sur les coups de poings et de pieds, mais pas sur les étranglements et les projections.

**J.S :** Vous avez intégré les torite (dégagements sur saisie) et les nagewaza (projections) dans notre entraînement, est-ce pour avoir un art martial plus complet?

**Maître OHSHIMA :** Oui, parce qu'à l'origine, nous avions cela. Les américains ne connaissaient rien du Judo ou du Kendo. Au Japon nous avons déjà cette expérience

Donc, pour enseigner les techniques de projection à mes juniors, j'ai d'abord enseigné les chutes (ukemi) car c'est la première étape en judo. Si nous ne savons pas chuter, nous avons des problèmes. Vous devez faire attention quand l'adversaire est proche de vous, car vous savez qu'il a la possibilité de vous projeter. Donc j'ai introduit l'enseignement des projections dans notre Karaté.

**J. S :** Malgré tout, vous conseillez toujours de ne pas faire de corps à corps avec un expert en judo.

**Maître OHSHIMA:** C'est exact .

**J.S :** Mais pensez - vous qu'il soit possible en une vie d'être un expert dans 2 sortes d'arts martiaux?

**Maître OHSHIMA:** Non, je ne le pense pas. A quel niveau? Cela dépend. Beaucoup de mes



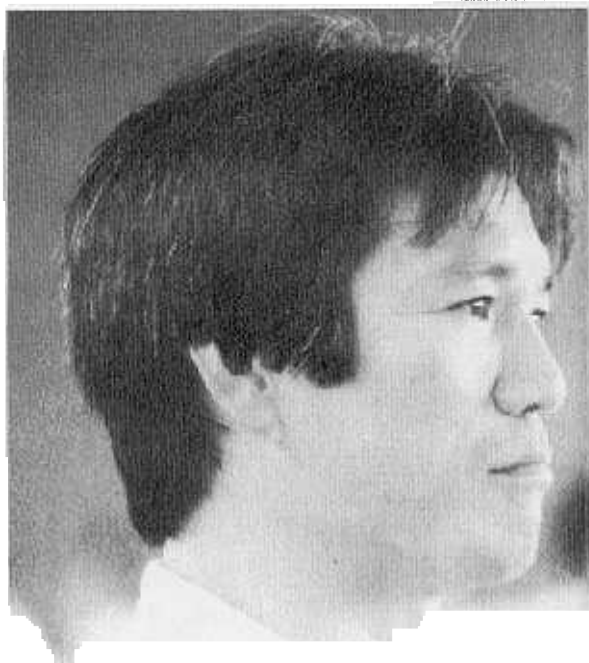
seniors ont leur Shodan de Judo, mais ce n'est pas le même niveau!

# LA LEÇON

**J. S: Donc ils ne peuvent pas être maîtres dans les deux pratiques?**

**Maître OHSHIMA :** Vous savez, je suis un paresseux, donc je ne sais pas si quelqu'un d'exceptionnel pourrait y arriver!! Je connais quelques personnes qui ont essayé d'être experts dans quelques arts martiaux, mais au final, ils n'y arrivent que dans un seul!

**J. S : Merci beaucoup, Senseï.**



À l'âge de 17 ans, en 1970, j'avais suivi mon premier cours de Karaté. Pendant trois ans, j'ai pratiqué assidûment cet art martial à raison de huit à parfois dix heures par semaine.

Cela se passait dans une ville pavée du Nord-Est de la France. Le style enseigné se nommait Shotokan et le professeur était un compétiteur sportif, élève de M° KASE.

En 1973 je parvins à la hauteur du premier Dan. Puis l'armée, les études, le travail, le mariage... furent prépondérants. Le Karaté passa à l'arrière plan.

A l'âge de 47 ans, en 2000, j'ai franchi de nouveau, trente ans après, le seuil d'un dojo.

Le style pratiqué se nomme Shotokan et les professeurs sont les élèves de M° OHSHIMA.

Je suis surpris par la bienveillance de l'accueil, l'intégration immédiate parmi les membres, l'utilisation de la langue japonaise pour compter.

Qu'était devenu le sabre oublié dans son fourreau pendant trente ans?

La lame est oxydée et le tranchant s'est émoussé. Quelques séances permirent de retrouver l'acier sous la rouille et d'affûter le fil perdu. Chaque leçon prise retrempe mon âme et reai-guise mon corps. Ce n'est pas seulement ma technique qui s'améliore, c'est mon être entier qui devient meilleur. Le feu de l'effort, l'eau qui coule du corps en sueur, l'air qui s'échange avec l'extérieur et la terre où mes pieds se posent sont les quatre éléments de base du travail d'un Karaté soucieux de son acuité. La découverte par la

huit



seniors ont leur Shodan de Judo, mais ce n'est pas le même niveau!

# LA LEÇON

**J. S: Donc ils ne peuvent pas être maîtres dans les deux pratiques?**

**Maître OHSHIMA :** Vous savez, je suis un paresseux, donc je ne sais pas si quelqu'un d'exceptionnel pourrait y arriver!! Je connais quelques personnes qui ont essayé d'être experts dans quelques arts martiaux, mais au final, ils n'y arrivent que dans un seul!

**J. S : Merci beaucoup, Senseï.**



À l'âge de 17 ans, en 1970, j'avais suivi mon premier cours de Karaté. Pendant trois ans, j'ai pratiqué assidûment cet art martial à raison de huit à parfois dix heures par semaine.

Cela se passait dans une ville pavée du Nord-Est de la France. Le style enseigné se nommait Shotokan et le professeur était un compétiteur sportif, élève de M° KASE.

En 1973 je parvins à la hauteur du premier Dan. Puis l'armée, les études, le travail, le mariage... furent prépondérants. Le Karaté passa à l'arrière plan.

A l'âge de 47 ans, en 2000, j'ai franchi de nouveau, trente ans après, le seuil d'un dojo.

Le style pratiqué se nomme Shotokan et les professeurs sont les élèves de M° OHSHIMA.

Je suis surpris par la bienveillance de l'accueil, l'intégration immédiate parmi les membres, l'utilisation de la langue japonaise pour compter.

Qu'était devenu le sabre oublié dans son fourreau pendant trente ans?

La lame est oxydée et le tranchant s'est émoussé. Quelques séances permirent de retrouver l'acier sous la rouille et d'affûter le fil perdu. Chaque leçon prise retrempe mon âme et reai-guise mon corps. Ce n'est pas seulement ma technique qui s'améliore, c'est mon être entier qui devient meilleur. Le feu de l'effort, l'eau qui coule du corps en sueur, l'air qui s'échange avec l'extérieur et la terre où mes pieds se posent sont les quatres éléments de base du travail d'un Karaté soucieux de son acuité. La découverte par la

huit



fois encore, j'ai bien fait de venir!".  
J'en remercie les enseignants:  
Marc Molinari, Steve, Bernard et  
Eric.  
J'ai trouvé ce que je cherchais: un  
lieu où je peux enfin prendre ma  
leçon

**Gilles PICCIOLA**

Marseille

Dojo Ten No Mon

Marc Molinari

recherche ardue des connexions liant les kentos  
du poing avant au talon de la jambe arrière, la  
souplesse efficace de la translation des hanches  
de zen-kutsu en ko-kutsu, la puissance du gyaku-  
tsuki jaillissant par la rotation du bassin, la quali-  
té pédagogique d'un enseignement qui décompo-  
se l'esprit et le mouvement pour transmettre une  
technique, l'éducatif du zen-kutsu suivi de oï-tzuki  
furent pour moi sources fécondes d'un émer-  
veillement et d'une stimulation qui me portent  
encore aujourd'hui lorsque fatigué, j'hésite à me  
rendre au dojo, lieu où l'on cherche la voie.

Je me suis surpris, un jour, à repasser mon kimo-  
no. Effacer les faux plis du tissu n'efface pas les  
rides de la peau mais contribue à faire entrer plus  
encore dans l'attention donnée à la pratique,  
dans la dimension introspective du karaté de M<sup>o</sup>  
OHSHIMA.

Ce lieu n'est pas celui d'un affrontement avec les  
autres mais d'une confrontation avec moi-même.  
Au dojo, j'ai rendez-vous avec moi et lorsque je  
n'y vais pas, je suis absent au rendez-vous que je  
me suis fixé à moi-même. Lorsque je repars, j'ai  
toujours la même idée présente à l'esprit "cette



## CARRY LE ROUET... 25 ans après

Il a fait son 1er stage spécial à Carry le Rouet en  
1975. Il avait alors 20 ans et était 3ème Kyu. Il a  
dirigé son 1er stage spécial à Carry le Rouet en  
décembre 2000. Il a 45 ans et est 5ème dan  
depuis quelques mois.

25 ans ont passé et un long chemin a été par-  
couru!

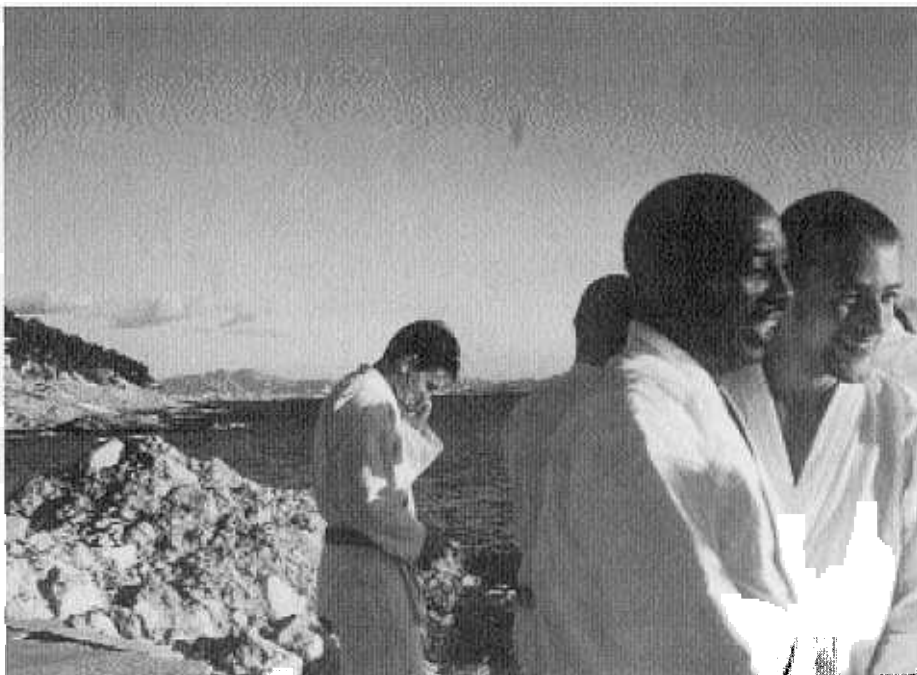
IL, c'est Joël Vaillant, qui a repris le flambeau des  
stages spéciaux dans le Sud-Est.

L'été 2000 a été le déclic. Après avoir été promu  
5ème dan par Me Ohshima à Santa Barbara, Joël  
répond favorablement à la demande de Jean-  
Louis Véran, responsable technique, pour diriger  
le stage spécial du Sud-Est.

### Joël Vaillant :

" Les juniors marseillais ont aussi exprimé une  
demande dans ce sens, mais il faut surtout dire  
qu'il y avait une opportunité, avec le retrait de

Michel Asseraf. Je pensais que le relais serait difficile à prendre, compte tenu du niveau et de l'aura de Michel, mais je crois que c'était mon devoir d'accepter. On est investi d'une mission quand on est promu 5ème dan. On se doit de transmettre le karaté avec rigueur et passion, comme Me Ohshima nous l'a transmis. J'ai eu la chance de faire un certain nombre de stages spéciaux avec Me Ohshima et j'essaie de continuer à travailler dans le même sens, sans dénaturer l'entraînement, sans apporter ma touche personnelle. "



#### **A.S. :**

Pourtant, la direction d'un stage est toujours un peu différente, en fonction de la personnalité et du style du leader?

#### **Joël Vaillant :**

" C'est un peu vrai, mais moi je me réfère simplement et toujours à Me Ohshima, qui n'a jamais eu de comportement agressif et cassant mais qui a toujours su être très très ferme avec les juniors. Je ne cherche pas à commander dans un stage, mais à diriger, à aider les gens à faire toujours un peu plus, à aller au-delà de ce qu'ils croient être leurs limites. Les juniors doivent avoir envie de suivre et l'exemple est roi ! C'est l'image du leader qui permet d'avoir un stage fort."

Voilà, le ton est donné!

Plantons à présent rapidement le décor:

34 participants, dont 16 ceintures blanches et marrons, à la grande satisfaction de Joël qui rappelle que " les stages spéciaux régionaux sont particulièrement recommandés aux juniors." Il souhaite d'ailleurs que cette proportion soit plus importante encore l'an prochain. Ce qui a aussi fait plaisir à Joël, c'est la participation importante des "extérieurs" (17 personnes de Toulouse, Espagne, Munich, Villefranche, Alsace, Lorraine) "alors que certains ne me connaissent même pas" (croit-il !).

Le cadre : magnifique, chambres confortables avec vue sur la mer, restauration et ambiance générale excellentes. Dojo pas très grand mais bonne atmosphère. Footing conforme aux attentes (d'après les anciens), les côtes n'ayant pas été aplanies et le macadam s'étant par

endroit dégradé avec les années...

En ce qui concerne les entraînements, rien de particulier à signaler (programme habituel !), si ce n'est le sanbon kumité, que Jean-Louis (Véran) a eu le plaisir de pratiquer, alors que Denis (Bauer) récent promu 4ème dan s'est vu confier la délicate tâche de surveiller les combats (olé !).

#### **Quelques témoignages:**

##### **Claude, 4ème Kyu, Port Saint-Louis (1er stage spécial) :**

"J'ai beaucoup souffert pendant deux jours, puis j'ai repris le dessus. Le stage m'a fait beaucoup de bien, même si j'ai (moralement) craqué durant le kidadachi. Le footing était dur...mais je ferai d'autres stages spéciaux."

##### **Antonio, 3ème dan, Malaga (Espagne):**

Nous n'avons pas regretté d'avoir parcouru 1300 km pour partager et vivre ce stage avec vous. L'intensité et la rigueur ne nous ont pas empêchés de passer des moments très agréables. Nous regrettons simplement que la barrière de la langue freine un peu les échanges, mais si nous n'avons pas pu nous comprendre en parlant, nous avons pu nous comprendre en pratiquant.... Félicitations aux séniors pour le travail fourni et surtout à celui qui a dirigé. Il a su motiver chaque participant pour qu'il donne son maximum...Excellent travail, Joël ! Ce fut un plaisir de travailler avec toi  
- traduction C.T.M. -

##### **Joël Vaillant :**

"J'étais un peu stressé avant le stage, préoccupé par le souci de bien faire, de réussir le stage, d'avoir l'entière responsabilité, même si Jean-Louis Véran m'a été d'une aide précieuse. On n'est jamais à l'abri d'un accident, mais ce que je redoutais le plus, c'était la faiblesse du groupe, une ceinture blanche qui lâche... Or je souhaite vraiment être à l'image de mes seniors : transmettre un esprit fort et juste. Alors, quand j'ai vu que le groupe était uni, soudé, fort et bien investi dans le stage (de plus en plus au fil des jours), je me suis un peu détendu. En tous cas l'expérience était enrichissante. "

Le mokuso final accompagne harmonieusement un magnifique lever du soleil sur la Méditerranée et le stage s'achève avec les chaleureux et touchants remerciements de Joël.  
C'était beau.

##### **Astride Schneider, Ribeauvillé**



## Quoi de neuf ,DOC ?

### Stage spécial du Sud-Ouest 2001 au Temple sur Lot du 24 au 27 mai 2001.

France Shotokan Dordogne organise des stages spéciaux depuis 1987.

Ceux qui y ont participé ont gardé des souvenirs impérissables de certains lieux magiques:

Le Lycée Agricole de Périgueux et son dortoir à lumière unique....

Mussidan et son wc pour 50 personnes....

Lalinde (18 participants) et son dojo à 2,5 km du dortoir....

Mauzac et son parcours de footing de 4km avec graviers, boue etc...

Tous ces stages ont été dirigés par Michel ASSERAF aussi avons - nous patiemment attendu qu'il se lance dans l'aventure maritime et laisse sa place à Michel COUTANT en 1999 avant de dénicher un lieu de stage idéal: le Village Sportif de Lembrun :



coin de campagne au bord du Lot, 2 dojos avec tatamis, parcours de footing dans la plus pure lignée des stages du Sud Ouest, hébergement et accueil au top.

Le millésime 2001 ne devrait rien avoir à envier aux précédents épisodes.

*Petit jeu concours!*



*Lors du stage du Temple sur Lot 1999 Jean-Louis G.(ce 4°dan préfère garder l'anonymat) a effectué un casting pour le cinéma .Pour quel film, selon vous?*

- 1 GLADIATOR 2 ,le retour*
- 2 Les bronzés font du karaté*
- 3 Jean-Louis star du X*

*Réponse au stage 2001 !*

**Gilles Brunot**

douze