

ECHO de Stage

sous la direction technique de

Vincent LEDUC - 5° Dan

C'est une véritable immersion dans le JISEIDO dont a bénéficié le groupe "Multidisciplinaire AFAMA" lors du stage du 14 octobre 2007.



F.F.K.A.M.A - BELGIQUE



Le cours-formation initié par Vincent Leduc a permis de dégager les grandes lignes de fonctionnement du TOKITSU RYU JISEI KARATEDO.

Le maître de stage en grande forme a introduit par étapes successives une intelligente série "d'exercices-sensations" aboutissant à une réelle compréhension intra et extra muros des techniques du JISEIDO : on travaille d'abord l'intérieur pour ensuite utiliser et projeter à l'extérieur ; la technique suit le corps et non le contraire, le fond avant la forme valide la METHODE.

L'échauffement composé d'un subtil mélange d'étirements articulaires associés à la respiration yogi à 3 étages et au travail de gainage se clôtura par la "salutation au soleil". Cette mise en route "énergétique" favorisa le passage du ki et l'exactitude posturale. On expérimente un corps unifié, fort et mobile, loin des habituels "ichi ni san »...pompages... abdos !

Le cours démonta et démontra la véritable interface du JISEIDO. Manifestées en alternance, douceur et explosivité, étonnèrent plus d'un stagiaire. Soyez doux pour être dur, soyez sensibles pour être forts, louvoyer pour exploiter la ligne droite... : voilà l'éventail technique offert aux participants.

Comme à l'habitude le TOKITSU RYU habilement expliqué par Vincent Leduc casse les certitudes, abat les murs de construction rigides. Ne dit-on pas que l'on possède une technique ou plutôt LA technique lorsque l'on s'en défait ? A méditer ... pour éviter la répétition sans conscience et ouvrir la conscience osseuse, ostéo-articulaire, musculaire et énergétique.

Ce fut un stage "éveil" (« réveil » ?) qui se déroula pour le plaisir de tous les participants. A quand le prochain ?

Richard PROSPERO

Directeur Technique AFAMA & DA

