

Stage Nihon Tai-Jitsu Roubaix, les 11 et 12 octobre 2008

Ces 11 et 12 octobre, nous avons eu le plaisir d'accueillir **Max Lormeteau** (6° DAN FFKDA) et **Jean-Luc Lemoine** (5°DAN FFKDA) pour le premier stage régional de Nihon Tai Jitsu que nous organisons.



Ce stage se déroula au sein de notre dojo. Il a réuni une trentaine de pratiquants sur les deux jours venant de deux club lillois, de normandie mais aussi Benjamin du Pencak Silat.

Le samedi après midi a été animé par **Max Lormeteau** sur la thématique de la self défense :



- Défenses contre étranglement de face
- Défenses contre étranglement arrière
- Défense contre tentative de saisie
- Défenses contre attaques au couteau piques et revers

Le travail a été très dense puisque pas moins d'une dizaine de technique ont été abordées

Après une bonne douche salvatrice et l'aiguillage des normands chez leurs différents hôtes, nous nous sommes retrouvés le soir même, les normands ainsi que quelques élèves, chez Hélène afin de passer la soirée dans une ambiance plus que conviviale.

Le lendemain matin dès 9h, **Jean-Luc** ouvre le travail du dimanche matin par un réveil et échauffement musculaire progressif avant d'attaquer la thématique qui était le travail des tai sabaki et leurs applications, soit fondamentales comme dans les séries, ou bien au sein des techniques eux mêmes:



- Travail des Tai Sabaki seuls.
- Travail du Tai Sabaki sur l'attaque et au sein de la défense (pour réagir sur un contre par exemple).

A l'issu de cette matinée, nous nous sommes retrouvé de nouveau chez Hélène pour un petit barbecue et profiter du soleil ! Puis nos amis les normands on reprit la route car malheureusement tout chose à une fin



Ce stage a été un franc succès pour tous les participants, merci à Max et a Jean-Luc pour leurs prestations de très grandes qualités !

Mais n'oublions pas que le succès est dû aussi grâce au travail de **Jérémy** et d'**Hélène** que je remercie personnellement pour leur investissement dans ce stage !

Merci aussi a **Maxime**, qui a malheureusement du passer le stage en dehors du tatami suite à un problème de dos mais qui a pris plus de 350 photos et prés d'une cinquantaine de video !

Toutes les photos seront dans la galerie prochainement.

STAGE DE LIGUE NIHON TAI JITSU Samedi 11 et Dimanche 12 Octobre



Sous la direction de
Max LORMETEAU
6^{ème} DAN FFKDA

Et de son assistant
Jean Luc LEMOINE
5^{ème} DAN FFKDA



Programme :

Samedi 11 octobre de 14h à 18h

Self defense contre attaques à mains nues et armes

Dimanche 12 octobre de 9h à 12h

Tai Sabaki (esquives, effacements) et applications

Stage gratuit, ouvert à tous les licenciés de la FFKDA

Pour tous renseignements, nous contacter par mail à ntjcoligny@free.fr



Nihon Tai Jitsu ROUBAIX Coligny
60, rue de Coligny
59100 ROUBAIX
<http://ntjcoligny.free.fr>