

#### Notre éditorial

Ch bien voilà nous arrivons en fin de saison avec nos départs et nos nouvelles têtes, une année pleine de bonnes choses pour moi où j'ai pris du bon temps avec vous toutes et tous, je vous souhaite de bonnes vacances et vivement la rentrée.

Dom.

#### Le billet d'Eric

Bonjour à tous, comme dis Dom ci-dessus, excellente année, nous clôturons avec 50 membres valide, certe plusieurs ne serons pas de retour en septembre, mais nous serons prêt a accueillir nos nouvelles têtes.

Prêt également a travailler avec le nouveau Club Kokki Dojo de Florefe et Jemeppe sur Sambre, ce qui nous donnera l'occasion de pratiquer le jeudi en plus pour ceux qui veulent.

Une prochaine saison donc, qui vous proposera encore bcp de surprises et de partages, Céline et moi reviendrons du Japon chargé de souvenir, de pistes, de pratiques etc... à partager avec vous tous, nous ramenons également un morceau du pays du soleil levant dans nos valise avec l'arrivée de Yoshino pour un an à nos côté, il nous sera donc loisir d'en apprendre bcp plus sur les us et coutumes, pour les passionnés que nous sommes.

Dès la rentrée, notre école Aikido sera en plus affiliée au Kinshinkai école de Léo avec qui nous partageons énormément.

D'ici là, nous vous souhaitons de très bonnes vacances et vous attendons impatiemment à la reprise du mercredi 02 septembre.

Eric

#### Interview du mois

1. **Bonjour Vincenzo, entré depuis peu chez nous, ceinture vert récemment et papa d'une belle petite fille cette année raconte nous un peu ton parcours.**

Cela fait désormais deux ans que j'ai mis les pieds pour la première fois au Tomodachi to Dojo et que j'ai rencontré notre Sensei Eric.

Avant cela, je n'avais jamais été attiré par les arts martiaux.

Le hasard a voulu que dans un moment où je ne me sentais pas très bien, tant physiquement que mentalement, je suis tombé sur un livre appartenant à ma compagne. Celui-ci, écrit par Koichi Tohei, parlait du ki et de l'aikido. J'ai immédiatement été fasciné et à la fois intrigué par les mystères entourant cette fameuse énergie de l'univers. Peu de temps après, j'ai découvert qu'un dojo traditionnel d'aikido ouvrait ses portes à côté de chez moi, impossible de passer à côté !

L'aikido m'a bien aidé à résoudre mes problèmes, je suis content de mon parcours et de mon évolution jusqu'ici. J'ai encore beaucoup de choses à apprendre et la route à parcourir est encore longue... hâte de démarrer la prochaine saison !!!

Cette année, la vie nous a fait le plus beau des cadeaux à ma compagne et à moi. Notre petite Luna est arrivée remplir notre quotidien et faire notre bonheur. J'espère pouvoir l'emmener très vite sur le tatami pratiquer avec moi... si elle en a l'envie bien entendu... mais chaque chose en son temps !

2. **Qu'entends-tu dans le mot aikido ?**

Le sujet est tellement vaste que ce n'est pas simple de donner une définition exhaustive, spécialement à mon niveau.

En effet, à chaque fois que l'on pense avoir compris quelque chose, un mouvement, un concept, ou encore la philosophie de cette discipline, on se rend vite compte qu'il y a plus encore que ce que l'on avait imaginé.

Je dirais quoi qu'il advienne, que c'est l'art de l'équilibre et du contrôle, dans la pratique martiale comme dans le quotidien. Pratiquer l'aikido m'a appris à aller au bout des choses dans la vie, de la même manière qu'on arrive au bout d'un mouvement lorsqu'on le travail.

Entre-temps Je continue ma recherche et à grimper ma montagne, je suis très curieux de voir ce que réserve cette magnifique pratique à long terme.

3. **Qu'apporte-t-il dans la de tous les jours et qu'aimes-tu dans notre dojo ?**

J'adore notre dojo traditionnel, son énergie et l'ambiance familial qu'on retrouve. Du premier course je me suis senti accueilli et bien à ma place.

Comme tu l'a dit une fois, on a la chance de pouvoir travailler et évoluer avec nos camarades dans un cadre très riche mais surtout très varié ! Je pense que c'est dans le partage avec nos partenaires "Uke-Tori" que on retrouve une de plus grande qualité de l'aikido, une discipline où on peut évoluer ensemble mutuellement sans le besoin d'écraser l'autre.

J'en profite d'ailleurs pour remercier mon Sensei et mes camarades le plus et moins experts pour toutes leurs précieux conseils !

4. **Je sais également que tu es également artiste dans ton domaine, explique-nous un peu ton job.**

Avec plaisir! Je suis dessinateur/illustrateur à la base. J'ai commencé mon parcours artistique à Palerme (ma ville d'origine) où j'ai travaillé comme graphiste free-lance. Depuis que je suis en Belgique, cela fait 8 ans maintenant, je travaille dans le secteur de l'audiovisuel, pour la création de dessin animé en 2D, principalement pour des séries mais dernièrement aussi pour des long métrage.

J'aime beaucoup mon travail, la seule contrainte c'est que je passe beaucoup de temps assise...d'ailleurs cela a été une des raisons déclenchant qui m'a poussé à commencer l'aikido.

Depuis quelques temps je travaille sur mon propre projet d'animation "Kina".

C'est l'histoire d'une petite ninja qui évolue dans un univers japonais post apocalyptique. Encore une fois, dans l'aikido je retrouve plains d'inspiration pour enrichir l'univers de mon projet, c'est n'est pas un hasard que le Sensei de Kina ressemble à Eric !

J'espère pouvoir vous montrer un extrait très bientôt !!!



## Les Promotions de ces derniers Mois, félicitations à

**Thiméo, Louis, Nathan, Léopold, Solal, Gabriel (1ere barrette)**

**Célia (2 barrettes)**

**Julien, Noémie, Camille et Christophe (jaune)**

**Lélio (barrette orange)**

**Jade, Matthys, Lucie et Nicolas (ceinture orange)**

**Chloé et Vincenzo (ceinture verte)**



### ASBL entre nous

Deuxième saison de vie pour notre Asbl, avec un bilan très positif, beaucoup de choses ont déjà été mise en place, d'autres ont été essayée sans succès mais bop d'autres idées sont encore à l'étude.

Nous vous remercions pour votre confiance et vos présences aux activités et souper organisés, et nous comptons sur votre soutien pour la prochaine saison, ou là encore, nous aurons bop de choses a partager avec vous tous.

Les souper Asbl reprendrons dès le Mois de Septembre tout comme les cours self-défense féminine, le concours de belote sera prévu en Octobre et la suite du programme vous sera divulgué au fur et à mesure.

### LE BON CONSEIL

**Il est impératif de porter des Zori ou pantoufles spécifique au Dojo en dehors des tatamis, les chaussettes y sont également prohibées, n'oubliez pas votre visage est autant en contact avec cette surface, que vos pieds, les impuretés ramenées ne sont donc pas souhaitables.**



*Au retour de Cédric, à l'arrivée de Liham et Marius.*

## LES ARMES EN AIKIDO

Le jō (杖)



Le bokken (木剣)



Le tantō (短刀)



### Le Jo

On compare le Jo à un long bâton avec +/- 128 cm pouvant aller jusque 140 cm avec un poids allant de 400 à 900 gr., il a deux essences de bois principalement le chêne rouge ou blanc, on l'utilise en aikido et en suburi (31 mouvements), oui vous lisez bien, il sera considéré comme le prolongement du bras, on jouera la mécanique du corp, le système de levier qui permettra de changer de direction par exemple.

### Le bokken

Il est considéré comme le sabre ou katana, travaillé en iado, kendo et bien sûr aikido, il y a également le travail suburi (13 mouvements). De 101,5 à 106 cm pour un poids de 600 à 1300 gr (bokken jiki shinkage lourd), elle possède la même configuration du katana avec sa tsuba et sa saya (étui plastique) ou on pourra s'exercer dans le dégainé, elle va également apprendre la position des mains lors d'une attaque shomen.



### Le Tanto

Comparé à une dague ou poignard 20 cm de lame et 10cm au poignet pour +/- 180gr, arme courte, c'était le dernier recours du samurai après avoir perdu ses katanas, cela attirera l'attention afin de pouvoir maîtriser même si pour moi n'est pas le but premier car une personne qui a l'habitude de travailler le couteau, je conseille vivement de la jouer « sauve qui peut », mais dans le dojo, elle nous apprendra à ne pas saisir pour pouvoir le maîtriser.

Eh bien voilà mon dernier article de la saison, j'espère que cela vous aura enrichi comme je m'enrichi chaque jour dans mon apprentissage et de pouvoir vous les faire partager.

*Dom.*

