



## STAGE NATIONAL ZONE IDF

**Lieu du stage : BALLANCOURT (Essonne)**

**Organisation du stage : Comité Départemental Essonne**

**Animation du Stage : stage multi-disciplines**

**Tai-Jitsu :**

**Olivier MELLERT (Membre commission nationale, 5<sup>ème</sup> dan)**

**Pascal BURLION (Responsable National, Expert Fédéral, 6<sup>ème</sup> Dan)**

**Ju-Jutsu :**

**Laurent GUIOT (vice-président AAMCN, 7<sup>ème</sup> dan)**

**Gilbert STURBOIS (président AAMCN, 8<sup>ème</sup> Dan)**

**Karate Koshiki :**

**Ayad DEKKAR (entraîneur équipe nationale Algérie, 7<sup>ème</sup> dan)**

**Date du Stage : Samedi 25 et Dimanche 26 Mai 2018**

**Nombre total de stagiaires : 72 stagiaires sur le week-end**

Le samedi après-midi :

Démarrage par un échauffement dynamique encadré par Pascal BURLION.

Ensuite les intervenants à tour de rôle ont animé des séances de 40 minutes sur les 3 tatamis mis à disposition par le club organisateur.

Chaque intervenant a pu démontrer des techniques et enchaînements spécifiques à son style. Techniques de base et gestion de la distance pour le karaté koshiki, enchaînements et travail contre arme pour le ju-jutsu et application self défense pour le tai-jitsu.

A noter la présence de Francis DALLERAC Président du comité départemental Essonne et membre du comité directeur de la FFKARATE venu soutenir ce stage et remercier les stagiaires et les intervenants de leur présence et féliciter le club ballancourtois pour l'organisation de ce stage.

Le samedi soir, 80 personnes se sont retrouvées autour d'un buffet froid, dans une ambiance détendue et conviviale. Les nombreux stagiaires belges présents à ce stage ont invité la commission nationale pour le prochain stage à Namur le 21 Octobre 2018. Pascal BURLION a confirmé sa présence pour ce grand rassemblement amical.

Le dimanche matin :

Cette matinée de stage a démarré par un échauffement dirigé par Olivier MELLERT (membre de la commission nationale, 5<sup>ème</sup> dan).

Puis Olivier a continué le stage avec un travail de Bunkaï sur le nouveau kata supérieur Tai-Jitsu No Nijushiho, Ayad a enchaîné avec les dernières techniques de base de son style avec un focus spécifique sur l'absorption de l'attaque et riposte immédiate.

Enfin Pascal proposa un exercice de Bunkaï sur le kata Soshun.

Le stage se termina par le verre de l'amitié avec une grande satisfaction des stagiaires mais surtout des intervenants, heureux d'avoir pu partager leur savoir-faire.

Un grand Merci à Henri LAGAUCHE et son équipe pour leur accueil et l'organisation de ce stage.

**Pascal BURLION**  
**6<sup>ème</sup> Dan FFKDA – Expert Fédéral**  
**Responsable National TAI-JITSU**