



## PREMIER STAGE FEDERAL DE LA LIGUE A ISLE :

### UNE AFFLUENCE RECORD !

Effectivement, les tatamis d'Isle ont subi, ce dernier WE des 15 et 16 novembre, les assauts aussi pacifiques qu'intenses de plus de 100 Aïkidoka (70 adultes et 34 enfants sur les deux jours) lors de ce premier stage Fédéral de la saison 2014/2015 organisé par la Ligue du Limousin FFAB. Cent Aïkidoka, c'est à peu de chose près un tiers des licenciés de notre Ligue, virgule quand même ! ☺



Cette dernière avait confié lors de l'AG, l'organisation du stage au Club Aïkido J.A. Isle pour accueillir Jean-Pierre PIGEAU, Chargé d'Enseignement National et 6<sup>ème</sup> DAN et ainsi faire profiter à l'ensemble des pratiquants de la région plus quelques amis Montluçonnais de sa très simple et très efficace

pédagogie. Jean-Pierre PIGEAU est-il besoin de le rappeler, est également coordonnateur de la Commission Jeunes auprès de la FFAB et à ce titre les 34 enfants des Clubs limousins ne se sont pas privés de venir parfaire dans la bonne humeur leur pratique ce samedi 15 novembre de 14h30 à 16h. Apprentissage des Ukemi avant et arrière suivi d'une approche au Jo du Kata des 12... Un rafraîchissement plus tard et hop, place aux plus grands.



Et effectivement les 16h à peine passées, le relais fut donné aux adultes pour 2h30 d'un Aïkido basé sur la mise en évidence et la restauration des fondamentaux de cet Art Martial sans compétition qu'est l'Aïkido : le Reigisaho (étiquette) qui va bien au-delà des codes et des comportements ; il vise en priorité le Shisei (attitude et posture correcte) et le Kokyu (maîtrise de l'énergie en lien avec la respiration). La FFAB en

a fait le thème de cette saison et c'est sur ces bases que Jean-Pierre PIGEAU bâtit ses interventions du WE, auprès des enfants comme des adultes. Il alternait cette recherche de l'essentiel en position Suwari Waza (Kokyu Ho, Aïhanmi Katate Dori Ikkyo Ura, Kata Dori Kokyu Nage et Tachi Waza (Kokyu Ho, Kokyu Nage Aïhanmi Katate Dori Menuchi Ikkyo Omote et Ura, Ryo Kata Dori Kokyu Nage Omote et Ura, Yokomen Uchi Kokyu Nage sur entrée intérieure et extérieure, puis Shiho Nage) tout en ne multipliant pas volontairement le nombre des techniques mais en se référant en permanence au maniement des armes notamment du bokken, la mobilisation du seika tanden (bassin et appuis et la mobilité, une idée du Kamae. Bref, travail sur le Shiseï et le Kokyu, comme annoncé et Jean-Pierre n'eut



de cesse de dérouler au fur et à mesure de l'avancement des deux cours du samedi et du dimanche les différentes techniques déjà vues et en montrer la similitude et de corps et de positionnement par rapport à Aïte.



Ainsi les quelques 64 participants du samedi a.m. surent trouver leur place sans trop de difficulté sur les tatamis du Dojo Marcel Lalu, certes un rien prégnant question espace puis se retrouver le dimanche matin à plus de 30 pour conclure ce qui fut et restera un stage mémorable pour tous les pratiquants de la ligue du Limousin.



Remerciements à chacun des participants et bien entendu à Jean-Pierre PIGEAU pour ces excellents partages de pratique et de travail. En fin d'a.m. du samedi, une petite remise de diplômes fut organisée à l'initiative de la Présidente de la Ligue, Laure-Odile VERGNOLE ; Jean-Pierre PIGEAU et les deux enseignants des diplômés, Bertrand BIDAULT (Club de La Souterraine) et Gérard GROWAS (Club d'Isle) remirent donc avec grande satisfaction et

petite émotion à peine dissimulée les diplômes de 3<sup>ème</sup> Dan à Fabrice PINTURIER (La Souterraine) et Patric DICKSON (Isle) et celui de 2<sup>ème</sup> Dan à Abdel ENNEBET (Isle).



L'entracte du samedi soir se fit très convivial autour d'une bonne table et la conclusion du stage de façon semblable autour d'un apéro ma non troppo en bordure de Tatami.

Prochain stage de la Ligue Limousin : en hommage à Maître Tamura, dédié à l'ENA, les 6 et 7 décembre prochains au Dojo de Couzeix, stage animé par Robert LE VOURC'H CEN et 6<sup>ème</sup> Dan.

