

TÉMOIGNAGES

Ils étaient à l'Insep ou à Montpellier...



JEAN-CLAUDE GENRIC

4^e dan. Club: Karaté Shotokan Soisy-sur-Seine (Essonne). Stage de l'Insep.

« Je n'en ai pas manqué un ! »

« J'ai 72 ans et je pratique le karaté depuis 1967. Le karaté aide à aller de l'avant. Je fais ce stage depuis qu'il existe, c'est à dire 1997, et je passe à chaque fois un moment merveilleux. Il y a quelque chose à prendre chez chaque intervenant, c'est ce que je trouve le plus intéressant... ce qui veut dire être à l'écoute de ce qui vous entoure. »



LIONEL FROIDURE

5^e dan. Club: Shaolin Toulouse (Haute-Garonne). Stage de Montpellier.

« De nouvelles pistes de travail »

« C'était un très bon stage, très convivial. J'avais déjà suivi plusieurs stages auparavant, dont celui de l'Insep, mais c'était une première pour moi à Montpellier. C'est l'occasion de retrouver des collègues répartis à travers la France et de trouver de nouvelles pistes de travail pour la saison à venir. »



GIGI LOCK et JEAN-LUC CARBINER

4^e et 5^e dan. Club: Lorraine Sarralbe Karaté Do (Meurthe-et-Moselle). Stage de l'Insep.

« La préparation de nos grades »

« Nous sommes venus assister à ce stage en couple. Nous avons déjà suivi d'autres stages, mais jamais avec autant d'experts à la fois. Les conseils étaient à profusion. Nous avons été enchantés de passer autant de bons moments. Nous préparons nos 5^e et 6^e dan et ce stage va clairement nous aider. C'est une expérience à renouveler. »



CHRISTIAN TOSINI

6^e dan. Club: SEPAM Karaté Moret Loing (Seine-et-Marne). Stage de Montpellier.

« Chacun sa particularité »

« Ce stage a répondu à toutes mes attentes, dans une bonne ambiance, très conviviale. Chacun des experts avec sa particularité technique, a enthousiasmé l'ensemble des personnes présentes. J'ai tout de même trouvé un point commun entre les cinq experts: ils ont tous axé leur travail sur le relâchement musculaire et la respiration. Nous nous sommes familiarisés avec d'autres disciplines, ce qui est un véritable plaisir, mais l'on voit bien que le karaté reste l'outil de base qui permet à ces autres concepts de se développer. »



ÉLISABETH VERDELLI

5^e dan. Club: Karaté Club de Puyricard - Tomoe Gozen (Bouches-du-Rhône). Stage de Montpellier.

« Ce que j'attendais »

« J'ai été ravie de participer à ce stage. Il m'a permis de me perfectionner techniquement et d'échanger avec mes pairs et les maîtres. C'est ce que j'attendais en venant. »

entre le maître et l'élève durant ces stages. C'est une formation continue, technique et pédagogique, au cours de laquelle on est ensemble, du début à la fin » ajoute l'ancien champion du monde ippon shobu 1990.

KARATÉ, MAIS AUSSI KEMPO, KALI ESCRIMA...

Sur le tatami de l'Insep, la présence de ces nombreux experts a permis d'offrir aux participants des séances aussi riches que variées. Quelques très haut gradés sont venus pour la première fois et en ont profité pour faire découvrir à tous leur vision du karaté, avec notamment des approches particulières de certaines techniques. Outre le karaté, les pratiques d'autres disciplines et styles associés ont pu être proposées au cours de ces stages, comme le kali escrima présenté par Christophe Soulié et le kempo, démontré par Serge Cal. En parallèle, certains stagiaires qui préparent actuellement leur 6^e dan, ont suivi une formation au contenu des examens de grades. Riche, très riche.

Si ces stages ont une nouvelle fois permis aux passionnés de se retrouver durant plusieurs jours, de préparer la nouvelle saison, et de se réalimenter techniquement, les organisateurs pensent déjà aux prochaines éditions. Ils espèrent renforcer encore cet esprit de cohésion, tout en attirant davantage de karatékas. ➔

