

PREMIERE RENCONTRE DES CADRES SAISON 2011/2012

SAMEDI 5 NOV 11 A AMANVILLERS

15 Participants dont quelques nouveaux, à la rencontre des cadres au Dojo d'Amanvillers . Appuyé par Guy, Philippe explique toute l'importance de savoir ce qu'est la rencontre des cadres qui a essentiellement pour vocation d'échanger et de travailler ensemble sur divers points sans distinction de grades. L'ambiance de travail doit être conviviale, fertile, chacun doit repartir avec une valeur ajoutée avec l'envie de contribuer au bon fonctionnement de cette structure.

A la demande d'un pratiquant un travail basique a été proposé. (Déséquilibrer le partenaire en étant soit même placé) les exercices et débats se sont succédés et chacun a pu se questionner ou répondre à ses préoccupations.

La dernière heure a été mise à profit pour préparer le stage « jeunes » du lendemain animé par Rudy et Fabrice.

Les thèmes proposés: Hanmi andashi wasa ushiro ryokata dori, choisi pour favoriser la chute et rester unifier avec son partenaire, suivi de tashi waza ushiro ryoté dori en rappelant les mêmes critères de réussites.

L'après midi, Boken et Jo sur deux ateliers, tatamis et Gymnase. Préparation d'une démo sur quatre ateliers pour stimuler les jeunes.