

# SESERAGI

Le magazine officiel de la

**F**ÉDÉRATION **F**RANÇAISE D'**A**ÏKIDO ET DE **B**UDO

Siège Fédéral : Place des Allées - 83149 BRAS - Tél. : 04 98 05 22 28 - Fax : 04 94 69 97 76

[www.ffabaikido.fr](http://www.ffabaikido.fr)

Photos : Gilbert GIRARD



**SOMMAIRE**  
en page 3

**N° 62**  
**Janvier 2018**



**EVENEMENT**  
En avril 2018 :  
Stage Européen avec  
**YAMADA Shihan**  
8e Dan Aïkikai  
(voir page 2)



Photo : Vincent LEGLERE





# ANNONCE



# AÏKIDO

## Stage Européen

Dans le cadre de l'organisation en France par la FFAB  
de l'Assemblée Générale de la Fédération Européenne d'Aïkido

à PARIS

les **21** / avril  
et **22** / 2018

dirigé par

**YAMADA Shihan**

**8e Dan Aïkikaiï**

par des CEN de la FFAB  
et des techniciens hauts gradés  
des Fédérations membres de  
la FEA

(Fédération Européenne d'Aïkido)



Lieu : Gymnase Léo Lagrange  
68, boulevard Poniatowski  
75012 Paris

Diffusion du programme et des modalités d'inscription  
début février 2018

[www.ffabaikido.fr](http://www.ffabaikido.fr)



web

Fédération Française d'Aïkido et de Budo - FFAB

Agrément Jeunesse et Sports N°06 S 83 du 3 décembre 2004 - Association reconnue d'utilité publique  
Membre de la Fédération Européenne d'Aïkido - Reconnue par l'Aïkikaiï Foundation de Tokyo



**J**e tiens à vous souhaiter, en mon nom et au nom du Comité Directeur, une excellente année 2018, ainsi que la réussite dans vos projets tant au niveau personnel qu'au niveau de la discipline.

Une année s'est écoulée depuis que nous avons été élus. Nous nous félicitons d'avoir terminé dans les temps la mise en place de la réforme territoriale. C'est ainsi que se sont réunis pour la première fois, lors de l'Assemblée Générale de décembre, les présidents des 16 Ligues que compte à présent la Fédération, ainsi que les présidents des Comités Interdépartementaux et des Délégations.

Durant les trois prochaines années, nous allons tout mettre en œuvre pour réaliser les principaux objectifs que nous nous sommes fixés.

La Commission Communication travaille sur un ambitieux projet basé sur deux axes principaux : la communication interne et la communication externe.

Sur le plan interne, vous avez certainement remarqué que nous avons harmonisé les affiches pour les stages fédéraux ; il est ainsi plus facile d'identifier les stages organisés par la FFAB.

C'est sur le plan de la communication externe que la Commission va innover, en proposant aux clubs un kit « Rentrée » ainsi que du matériel pour les forums, en procédant à une refonte du site Internet fédéral et surtout en essayant de faire connaître l'Aïkido à un plus large public. Des petits vidéoclips vont être réalisés et mis en ligne, toute l'année, sur une chaîne YouTube qui vient d'être créée.



Photo : Gilbert GIRARD

Le Département Technique travaille également sur un projet de réorganisation.

C'est ainsi que de nouveaux stages vont être mis en place au cours de ce premier semestre 2018.

La Commission Jeunes organisera un grand stage en Bretagne destiné aux enfants et aux jeunes. Nous espérons qu'ils seront nombreux lors de ce premier rendez-vous qui leur sera consacré.

De son côté, la Commission Féminine organise un stage qui ouvre la semaine des Journées Portes Ouvertes à l'occasion de la Journée internationale des Femmes.

YAMADA Senseï nous fera l'honneur d'encadrer un stage européen à Paris au mois d'avril, accompagné par des techniciens français et européens.

Je terminerai en rappelant que, face à la baisse des licences qui semble se poursuivre cette saison, le développement de notre discipline est une priorité. C'est l'affaire de tous et pas uniquement des responsables fédéraux. Nous avons tous conscience de vivre dans un monde en pleine mutation, mais nous devons rester optimistes et agir. Nous avons besoin de l'aide de tous. Si nous sommes solidaires, nous arriverons à faire de grandes choses.

**Michel GILLET**  
Président de la FFAB

## AU SOMMAIRE DE CE N°62...

- Assemblée Générale FFAB 2017
- La réforme territoriale... même pour la FFAB !
- Who's who : Raymond SOLANO
- Technique : efficacité martiale, par Didier ALLOUIS
- Partenariat entre la FFAB et l'association Famillathlon
- Infos Commissions Jeunes, Séniors débutants et Féminine

- **ENA**  
Kagami Biraki 2018
- **GHAAN**  
Stage annuel à la mémoire de Maître André NOCQUET
- **IAIDO**  
Retour en Côte d'Ivoire 13 ans après
- **DIRAF**  
Dento Iwama Ryu Aïkido France : un peu d'histoire...



Suivez-nous sur  
**Facebook**



<https://www.facebook.com/ffab.aikido>



**SESERAGI**

SESERAGI N° 62 - JANVIER 2018  
Dépôt légal janvier 2018 - ISSN 1771-2025  
Imprimé par ICA (38)

Responsable de la publication : Michel GILLET, Président de la FFAB  
Rédacteur en chef : Michel GILLET, Président de la FFAB  
Comité de rédaction : Fabrice CAST, Jean-Pierre HORRIE  
Comité de relecture : Jacques CHATEAU, Eric MORICHAUD,  
Emmanuelle RANCHOUP  
Maquette : A PRIORI - 03 85 90 40 30 - apriori@orange.fr

## Assemblée Générale FFAB

### Marignane - 9 et 10 décembre 2017

Comme chaque année, dans ce numéro de notre revue SESERAGI de janvier, nous nous attachons à vous donner les grandes lignes du déroulement de notre Assemblée Générale qui s'est tenue le week-end des 9 et 10 décembre 2017 à Marignane ; cette Assemblée Générale avait été différée de trois semaines par rapport aux années précédentes pour laisser un peu plus de disponibilité aux organismes territoriaux, lesquels devaient mettre en place leurs propres AG dans le cadre de la réforme territoriale.

Ainsi, samedi 9 décembre à 15h, le Président Michel GILLET accueillait les membres de l'Assemblée Générale, à savoir les Présidents des organismes territoriaux et les membres du Comité Directeur, ainsi que des personnalités invitées et des licenciés qui s'étaient déplacés pour assister à ces réunions.

Pour répondre aux exigences imposées par les horaires, l'ordre de la présentation des rapports a dû être légèrement modifié. Il faut rappeler que le matin avaient eu lieu des Assises dont le sujet principal portait sur la réforme territoriale et ses conséquences sur notre organisation administrative et technique. Ainsi, l'ensemble de nos structures territoriales est en ordre de marche pour répondre aux obligations ministérielles, mais aussi pour faire face à nos souhaits de rester au plus près des clubs et des pratiquants, et ce jusqu'à la fin de la présente olympiade avec un aménagement à titre transitoire.

Dans ce même numéro, vous trouverez un article portant sur cette nouvelle réorganisation territoriale.

Comme en témoigne la feuille de présence, la majorité des Liges était au rendez-vous avec une représentation de 240 voix sur 243 (une seule Ligue était absente).

**Rapport moral du Président :** après avoir souhaité la bienvenue à tous, le Président Michel GILLET proposait d'engager les débats et d'aborder les différents points portés à l'ordre du jour, en commençant par la lecture de son rapport moral.

Dans son rapport, le Président de la FFAB, élu il y a un an, rappelait les grandes lignes des orientations et des objectifs de notre Fédération qui a dû faire face à de nombreux enjeux et priorités : la réforme territoriale et ses conséquences sur l'ensemble des Liges et Comités Départementaux, la baisse du nombre des licenciés, le renforcement de la place de la technique au centre de notre Fédération, de nouveaux objectifs pour notre communication, la préservation de notre patrimoine, etc.

A la suite, les différents rapports des Départements et Commissions, préparés et présentés par les responsables ou coordonnateurs, ont été soumis aux votes de l'Assemblée Générale ; pour chacun de ces rapports, il était répondu aux questions, fort nombreuses, des participants.

Ces rapports ont été adoptés à l'unanimité.

Il s'agissait des rapports :

- du **Trésorier Général** et des Commissions du **Département Finances**, dont la Commission Placements. En présence de l'expert



comptable, les comptes ayant été soumis préalablement au vérificateur aux comptes, Francis LABARDIN présentait le bilan et le compte de résultat de la saison 2016/2017, avec un résultat de l'exercice inférieur à celui de la saison dernière, dû en partie à la baisse du nombre des licences et des produits vendus, restant toutefois positif avec le constat d'une diminution des charges.

Marc PASQUET, scrutateur des comptes, indiquait que les comptes pouvaient être approuvés sans réserve.

Le bilan et le compte de résultat ont été adoptés à l'unanimité ; de même que l'affectation du résultat, le quitus au Trésorier, et le budget prévisionnel 2017/2018.

Ce budget 2017/2018 tient compte de la diminution des licences (due au fait que le Kyudo a rejoint la FFJDA depuis le début de la saison) et de l'embauche d'un CDD à mi-temps.

Notre Trésorier nous a également présenté un budget spécifique pour maintenir en bon état notre patrimoine, en améliorer la sécurité et favoriser les économies d'énergie.

Les membres de l'Assemblée ont remercié Francis LABARDIN et les membres du Département Finances.

Comme tous les ans, le mandat du vérificateur aux comptes était renouvelé.

- de la **Commission Communication**. Son responsable, Fabrice CAST, présentait les grandes lignes des actions de communication réalisées au cours de la saison 2016/2017.

Il présentait également un grand projet de communication pour la saison 2017/2018, qui portera sur la communication interne, mais surtout sur la communication externe, avec notamment la réalisation de vidéoclips, la création d'une chaîne YouTube, la refonte du site internet fédéral et la création d'un kit promotionnel à destination des clubs.

Pour ces projets, avec l'aval du Comité Directeur et plus spécifiquement des Finances, Fabrice CAST a sollicité l'Assemblée Générale pour un budget spécial afin d'assurer la réalisation de ces grandes actions de communication. Après de nombreuses questions ou suggestions, l'Assemblée Générale a autorisé à l'unanimité un dépassement du budget pour au moins un an.

## Assemblée Générale FFAB Marignane - 9 et 10 décembre 2017

Il va de soi que c'est avec l'aide des pratiquants, des clubs et des organismes territoriaux, que notre Fédération pourra faire face aux difficultés du moment, notamment avec la baisse des licences.

- de la **Commission Médicale**. Jacques CHATEAU, Médecin Fédéral, a fait un compte-rendu des actions menées par la Commission la saison dernière. A noter, un changement d'intitulé de la Commission Médicale qui s'appellera désormais Commission Santé.

Un rappel sur le contenu-type de la trousse de secours sera préparé, de même qu'un courrier à destination des médecins des différentes institutions (CDOS, CROS, etc.), précisant que l'Aïkido peut être prescrit dans le cadre du Sport Santé.

- du Secrétaire Général pour le **Département Administration** et des Commissions qui en sont dépendantes, à savoir : Distinctions-Récompenses, Juridique, etc.

Le Secrétaire Général s'attachait à relater le déroulement de la saison passée : le fonctionnement fédéral, les diverses réunions, l'implication du Bureau dans de multiples rencontres tant avec les Commissions pour les appuyer qu'avec les institutions externes comme la FFAA.

Il ne manquait pas de rappeler l'investissement du Bureau dans beaucoup d'activités fédérales, notamment la présence du Président à bon nombre de stages ou manifestations se déroulant à Bras (haut niveau, CEN, etc.).

Son rapport présentait également différentes statistiques sur l'évolution des licenciés, des clubs, des enfants ou des femmes.

Pour répondre à une question de la Ligue Ile-de-France qui proposait de fixer la limite Adulte/Enfant à 15 ans au lieu de 14 ans, une étude a été faite. Son résultat a fait apparaître que l'impact financier ne permettait pas d'y répondre favorablement.

- du **Département Technique**. Son Président Didier ALLOUIS présentait l'ensemble des rapports de ce département sur les actions réalisées en 2016/2017.

Ces derniers n'appelant pas de remarque particulière, ils ont été adoptés à l'unanimité.

Les actions proposées pour 2017/2018 ont été validées, notamment la mise en place d'un stage de préparation de hauts grades et un grand stage destiné aux jeunes.

Les actions que le Bureau Technique souhaite initier en 2018/2019 ont été présentées, notamment la mise en place des stages Formation continue des professeurs et des stages Formation des examinateurs, les deux stages Préparation de hauts grades, la mise en place des deux stages CEN, d'un stage ACT et d'un congrès tous les deux ans ou une fois par olympiade.

Les premières propositions concernant le Brevet Fédéral ont été présentées ; une troisième, proposée par la Commission BF, a été évoquée, mais cette dernière n'ayant été validée ni par le Bureau Technique, ni par le Comité Directeur, n'a pu être proposée. En conséquence, ce point reste à approfondir, d'autant que de nouvelles pistes de travail ont été suggérées lors des différentes discussions. Ces éléments seront discutés lors du prochain Bureau Technique.

En tant que coprésident de la **CSDGE**, Michel BENARD a commenté son rapport.

La nouvelle composition de la CSDGE est entrée en vigueur le 1er avril 2017. Le Règlement de la Commission des Grades a été modifié en conséquence. Les annexes 2 et 3 ont également été validées en mars 2017.

Plusieurs questions avaient été posées par le Président de la Ligue Ile-de-France : limitation du nombre de candidats par session ; possibilité de se présenter dans les six mois au lieu de douze après un échec ; mise en place d'un examen de ceinture noire de Ligue pour les candidats âgés de 14-15 ans.

Michel BENARD a indiqué que ces points seront abordés lors de la prochaine réunion CSDGE du mois de mars 2018.

A la suite, était proposé le **Règlement Technique** avec une légère refonte pour plus de conformité, notamment l'article 2.6 concernant les CEN et l'article 5 qui définit clairement la tenue vestimentaire en lien avec l'étiquette sur les tatamis.

Le Règlement Technique ainsi modifié était adopté à l'unanimité.

Etait également présentée une réécriture par un groupe de travail d'une convention-type, qui pourrait être proposée aux groupes qui souhaiteraient rejoindre la FFAB ; elle ne concerne pas les groupes qui ont déjà une convention avec la FFAB.

Pour le groupe **GHAAN**, la parole était laissée à Alain FLOURE, son Président, qui tenait à remercier la FFAB de la confiance qui leur est accordée, notamment au niveau technique avec la mise en place du Brevet Fédéral. La saison dernière, le groupe a accusé une légère baisse de licences et il espérait que cela ne se reproduirait pas cette saison. Il remerciait Michel GILLET, les membres du Comité Directeur et Pierre GRIMALDI. Il remerciait également Lucien RAMBAUD, ancien président du GHAAN, pour la confiance qu'il lui a accordée.

Pour **DIRAF**, Jean-François BOURILLON, son Président, assistant pour la première fois à l'AG fédérale, prenait la parole. Le groupe DIRAF a rejoint la FFAB sous l'impulsion de Rémi HOURDEQUIN. Il indiquait que le groupe était présent dans plusieurs Ligues, qu'un stage avec SAITO Senseï était organisé tous les ans, stage qui a un rayonnement international ; il précisait que les licenciés FFAB y sont les bienvenus. Il remerciait Michel GILLET et Jean-Pierre HORRIE ainsi que Maurice VO VAN pour le travail réalisé.

Aucune autre question n'étant posée, l'Assemblée Générale était levée à 13h45 par le Président qui remerciait l'ensemble des participants pour la qualité des échanges et l'adhésion de tous aux propositions, notamment au niveau de la Communication et de la Technique. Il remerciait également et chaleureusement Pierre GRIMALDI qui lui a fait confiance. ■

**Jean-Pierre HORRIE**  
Secrétaire Général - Vice-président FFAB

## La réforme territoriale... même pour la FFAB !

La réforme territoriale entrée en vigueur en 2016 n'a pas eu qu'un impact administratif, électoral ou visuel avec les modifications de noms et de logos sur les panneaux autoroutiers, les lycées et les trains express régionaux...

La FFAB, en tant que Fédération agréée de l'Etat, a été également tenue de se mettre en conformité avec cette organisation administrative avant fin 2017.

Une nouvelle organisation territoriale, validée par le Ministère, a ainsi été mise en place pour remplir nos obligations **tout en maintenant au maximum l'organisation technique actuelle et la proximité avec les clubs et les licenciés.**

### QUELLES DEMARCHES ONT ETE EFFECTUEES ?

La mise en place de cette réforme s'est faite après **deux ans de concertation au sein des instances fédérales et de travail par la Commission Juridique**, avec les dates-clés suivantes :

- novembre 2015 : Assises fédérales définissant les orientations (en particulier : donner le minimum de compétences aux nouvelles Ligues et maintenir des structures de proximité) ;
- février 2016 : questionnaire des Présidents de Ligue sur le régime transitoire 2017-2020 ;
- novembre 2016 : Assises et Assemblées Générales fédérales définissant l'ensemble des règles de la nouvelle organisation ainsi

que tous les textes fédéraux et locaux.

Au niveau local, pendant la saison 2016-2017, chaque « ancienne » Ligue touchée par la réforme a réfléchi (et concerté) pour devenir, par modification des statuts et du règlement intérieur :

> soit un Comité Interdépartemental (plutôt pour les territoires sans Comités Départementaux ou si ces derniers étaient favorables à une dissolution ou une fusion-absorption avec la Ligue) ;

> soit une Délégation (plutôt pour les territoires où les Comités Départementaux n'acceptaient pas la dissolution ou la fusion avec la Ligue).

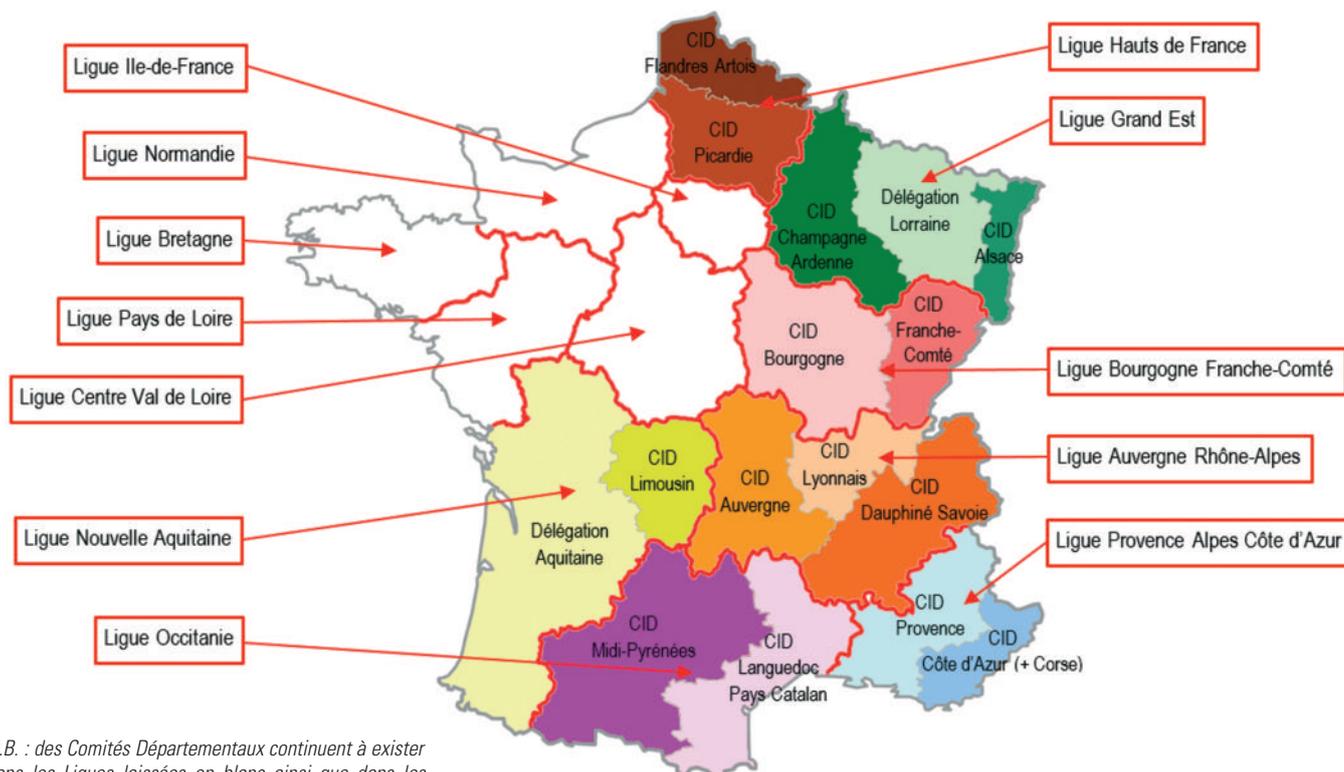
Une fois ces transformations effectuées à l'automne 2017, 7 nouvelles Ligues ont été créées sur les nouvelles régions administratives.

### QUELLES SONT LES STRUCTURES TERRITORIALES A PARTIR DE LA SAISON 2017-2018 ?

A partir de la saison 2017-2018, les organes territoriaux de la FFAB comptent :

- **16 Ligues** (9 qui existaient déjà et 7 créées à l'automne 2017) correspondant au tracé des régions administratives depuis la mise en place de la réforme territoriale ;
- **13 Comités Interdépartementaux et 2 Délégations** issus de la transformation des 15 anciennes Ligues touchées par la réforme territoriale.

### Carte des nouvelles structures métropolitaines



*N.B. : des Comités Départementaux continuent à exister dans les Ligues laissées en blanc ainsi que dans les Délégations mais n'apparaissent pas pour plus de clarté.*

## La réforme territoriale... même pour la FFAB !

Tableau de synthèse des compétences dans les régions touchées par la réforme territoriale		Ligue avec des Comités Interdépartementaux	Ligue avec des Délégations et des CODEP
Compétences techniques	STAGES FEDERAUX		
	Stages fédéraux avec le CEN missionné et stages fédéraux spécifiques (formations, séniors, préparations 3e/4e dan, enseignement jeunes, etc.)	Comité Interdépartemental	Délégation
	STAGES DES ORGANES TERRITORIAUX		
	Stages pour tous, stages des Commissions (enfants/jeunes, handicapés ou personnes en situation de handicap, séniors, femmes, etc.)	Comité Interdépartemental ❶	Délégation ❶ et CODEP éventuels ❷
	Ecoles des cadres		Délégation ❶
	GRADES		
Préparations grades (1er/2e + 3e/4e dan sur autorisation du Bureau Technique)	Comité Interdépartemental ❶	Délégation ❶	
CORG (passages de grades)	Ligue (responsable du CORG) qui peut déléguer l'entière organisation au Comité Interdépartemental ou à la Délégation		
Compétences administratives	Assemblée Générale annuelle avec tous les clubs + Comités Directeurs	Au moins une AG par saison et par organe territorial	
	Relations avec les institutions régionales	Ligue	
	Relations avec les institutions départementales	Comité Interdépartemental	CODEP éventuels (sinon possible par la Ligue)
Compétences financières	Ressources internes	Définies par chaque organe territorial en plus des versements fédéraux	
	Demandes de subventions régionales	Ligue	
	Demandes de subventions départementales	Comité Interdépartemental	CODEP éventuels (sinon possible par la Ligue dans certains départements)

❶ L'hypothèse est faite que les Délégations et les Comités Interdépartementaux ont mis en place leur école des cadres et organisé toute la vie technique de la structure (ayant cette compétence générale par principe), et que la Ligue n'a alors pas vocation à le faire (sauf accord entre tous).

❷ Stages pouvant être organisés par les Comités Départementaux en accord avec la Délégation et/ou la Ligue et dans le respect des règles régissant l'élaboration des calendriers des différentes structures.

### QUELLES SONT LES COMPETENCES RESPECTIVES ?

**Les Ligues et Comités Départementaux qui n'ont pas été touchés ou supprimés** par la réforme continuent d'exercer les mêmes compétences qu'auparavant.

**Les Comités Interdépartementaux et Délégations** exercent la quasi-totalité des compétences dévolues auparavant aux anciennes Ligues.

**Les nouvelles Ligues** créées en 2017 exercent des compétences minimales :

- représentation auprès des instances régionales ;
- dossiers de subventions le cas échéant ;
- responsabilité des Comités d'Organisation Régional des Grades.

### CONCRETEMENT, QU'EST-CE QUE ÇA CHANGE POUR LES LICENCIES ET LES CLUBS DANS CETTE ORGANISATION MODIFIEE ?

#### • Pour les licenciés :

> **stages** : rien ne change, chaque structure continue d'organiser ses propres stages en fonction des décisions de ses propres organes, et la Fédération continuera de missionner un CEN pour au moins deux stages par saison avec le découpage territorial qui prévalait avant la mise en place de la réforme, pour tenir compte des grandes distances

induites par celle-ci ;

> **passages de grades** : les nouvelles Ligues peuvent déléguer l'organisation des passages de grades aux Comités Interdépartementaux et Délégations, afin que ceux-ci continuent à se tenir comme avant, au plus près possible des pratiquants ;

> **tarif de la licence fédérale** : l'augmentation de 1€ par licence a été votée en novembre 2016 pour augmenter la part reversée aux organes territoriaux et financer les nouvelles Ligues.

#### • Pour les clubs :

> **une Assemblée Générale (AG)** de plus se tiendra, puisque, outre l'AG du Comité Interdépartemental ou de la Délégation, une AG annuelle sera organisée par la nouvelle Ligue ;

> **une élection de plus aura lieu tous les 4 ans** : la première se déroulera à l'automne 2020 avec les mêmes règles pour toutes les structures territoriales : d'ici là, un système transitoire a été mis en place pour les nouvelles ;

> si les organes de la nouvelle Ligue le décident, **une cotisation club pourrait être mise en place** en plus de celles déjà existantes le cas échéant. ■

**Emmanuelle RANCHOUP**

**Responsable de la Commission Juridique**

(composée à ce jour de Michel CADIOU, Richard DUFFOURS, Nathalie MARTY et Jean-Paul MOINE - N.B. : membre actif jusqu'à nov. 2016 : Christian SEGUILLON)

### Who's who

## Raymond SOLANO

### Parcours en Aïkido

**Début en Aïkido :** 1991

**Grades et titres actuels :**

4e Dan CSDGE

4e Dan Aïkikaiï

DEJEPS

**Fonctions actuelles au sein de la FFAB :**

- Président de la Ligue Occitanie
- Président du Comité Interdépartemental Midi-Pyrénées



Photo : Gilbert GIRARD

**Interview réalisée par Fabrice CAST  
(Décembre 2017)**

**FC : Bonjour Raymond ! Tout d'abord, peux-tu nous décrire ton parcours d'aïkidoka ?**

**RS :** Bonjour Fabrice ! Chacun d'entre nous a un parcours original et différent en Aïkido. Pour ma part, sportif de toujours, j'ai pratiqué depuis mon adolescence plusieurs sports : football, athlétisme, judo, karaté et douze ans de volley-ball en excellence A, avant de rencontrer cette discipline martiale et ce Budo.

Pour la petite histoire, j'ai fait la connaissance de l'Aïkido par un de mes patients qui consultait pour une lombalgie et qui pratiquait cet art au dojo Clair Matin à Saint-Jean, en proche banlieue de Toulouse.

Je ne connaissais pas du tout l'Aïkido. J'ai eu envie de le découvrir. J'avais 45 ans et j'ai commencé ma première séance de découverte en 1991 en étant alors un néophyte complet en la matière. Mon professeur était M. Robert DELONG. Cette découverte fut une véritable révélation et cela fait 26 ans que ça dure avec toujours autant de motivation, d'enthousiasme et de plaisir.

Au début, j'avais besoin de sortir de mon cabinet et de me détendre en pratiquant cet art. Après une pratique régulière, suivie avec beaucoup d'intérêt, de sérieux, de présence et à la suite de mes divers grades Kyu et mon premier Dan en 1996, les circonstances en ont décidé autrement.

Mon professeur, devant partir dans un autre département, me confia la mission de poursuivre son cours. Cette confiance inattendue qui m'était soudainement donnée m'obligea à aller plus avant pour être au niveau de ma nouvelle tâche d'enseignant.

Dans la foulée, j'ai passé mon 2e Dan en 1998, puis mon BE1, tronc commun en candidat libre, puis mon spécifique Aïkido en 1999... et l'aventure se poursuit toujours. Actuellement, je suis toujours enseignant bénévole, 4e Dan Fédéral et Aïkikaiï, DEJEPS, examinateur et je dispense toujours deux cours par semaine pour les ados/adultes dans le club qui m'a formé et accueilli à Saint-Jean.

Comme j'avais une dette envers l'Aïkido qui m'a tant apporté, je suis allé plus avant en m'investissant dans la gouvernance de la Ligue Midi-Pyrénées d'Aïkido et de Budo. D'abord en tant que membre de son CD, puis je me suis présenté au poste de Président de la Ligue en 2000 avec une réélection sur plusieurs olympiades jusqu'à ce jour ; puis dans le même temps, j'ai été élu au Comité Directeur Fédéral jusqu'en 2016. En 2017, j'ai été élu Président de la Ligue Occitanie. Enfin, c'est grâce à l'Aïkido que j'ai obtenu la Médaille Fédérale d'honneur de l'Aïkido en 2006, et aussi en partie grâce à l'Aïkido que j'ai été honoré des médailles d'argent et d'or de la Jeunesse, des Sports et de l'Engagement Associatif, respectivement en 2005 et en 2017.

**FC : Avec la nouvelle réforme territoriale, tu viens de prendre la présidence de la nouvelle Ligue Occitanie. Peux-tu nous expliquer ton nouveau rôle et ce que cette réforme va engendrer sur le fonctionnement local ?**

**RS :** Avant de te parler de mon nouveau rôle de Président de la Ligue Occitanie, je pense qu'il est important d'expliquer comment s'est déroulée la mise en place de la Grande Région et de la nouvelle Ligue Occitanie.

À la différence de beaucoup d'autres ligues et fédérations sportives, tout s'est bien passé de la façon la plus cordiale et en bonne intelligence entre nos deux régions Languedoc-Pays Catalan et Midi-Pyrénées. Il faut que je remercie pour cela mon alter ego Présidente du Comité Interdépartemental du Languedoc-Pays Catalan, Emmanuelle

RANCHOUPE, qui ne s'est pas opposée à cette Présidence et qui a été nommée Trésorière. Je la remercie pour son retrait et pour sa confiance.

Il est vrai que notre Fédération avait très bien préparé en amont cette échéance avec de nombreux retours vers la Direction Régionale des Sports (DRJSCS) pour savoir ce qu'il était possible de réaliser. En AG Fédérale, le questionnement auprès des Présidents de Ligues et des Comités Départementaux (CODEP) fut simple et essentiel, en deux questions : 1) - acceptez-vous de jouer le jeu de la Grande Région en favorisant la proximité de terrain ? 2) - accepterez-vous de supprimer les CODEP encore actifs pour mettre en place des Comités Interdépartementaux réunissant chacun leurs départements ? Dans une sagesse générale de nos cadres, accompagnée de discernement, un vote unanime pour cette solution fut adopté.

Donc, de 26 Ligues, nous sommes passés à 16 avec 9 Ligues non touchées par la réforme et 7 nouvelles Ligues issues de la réforme territoriale, dont la nôtre. Pour rester au plus près du terrain, deux Comités Interdépartementaux Languedoc-Pays Catalan avec ses 5 départements et Midi-Pyrénées avec ses 8 départements furent créés, sous l'égide de la Ligue Occitanie. Nous avons donc deux structures verticales que sont la Fédération et la Ligue et deux structures horizontales que sont les Comités Interdépartementaux. C'est la Ligue Occitanie qui est la seule interlocutrice auprès de la DRJSCS et autres institutions sportives ou d'Etat.

### **FC : D'après toi, quels sont les avantages de la régionalisation ?**

**RS :** Voilà une bonne question ! Pour notre groupement régional Occitanie c'est de s'ouvrir sur une Grande Région, de rencontrer et de faire connaissance avec nos partenaires, de s'agrandir : nous passons de 49 clubs à 100 clubs et de 1225 licenciés à 2564 licenciés, ce qui agrandit malgré tout notre représentativité régionale. Nous pourrions également mettre en commun un certain nombre de stages, de formations et d'événementiels en mutualisant certaines de nos dépenses dans un avenir proche.

### **FC : Mais y-a-t-il aussi des inconvénients de la régionalisation ?**

**RS :** Le Yin et le Yang existent en toute chose y compris dans ce nouveau contexte géographique. Bien sûr, les inconvénients existent et ne sont pas des moindres. La vraie problématique se situe sur la distance, les disponibilités de chacun à voyager dans cette vaste région et les dépenses engendrées pour ses diverses réalisations qui vont se rajouter à nos autres frais habituels, minimisant d'autres missions plus importantes.

Quand l'État a décidé la régionalisation en pensant que cette solution permettrait de simplifier les choses en faisant des économies, les responsables du monde sportif se sont demandés, comme nous, s'il était bien réaliste et conscient des distances de notre territoire qui fait 72 000 km<sup>2</sup> avec des distances aussi importantes, allant de Tarbes à Nîmes et de Souillac à Perpignan.

À cela, il faut rajouter les difficultés financières du moment, le désengagement de l'État, une baisse drastique des subventions, du CNDS, qui vont très certainement poser pour certains des problèmes pour assumer leurs missions territoriales. Enfin, un questionnement qui n'a toujours pas de réponse actuellement : comment allons-nous motiver nos cadres et licenciés pour les déplacer alors que nous avons déjà du mal sur de courtes distances ? Comment allons-nous gérer la distance et les frais qui en découlent, sans trop toucher à nos budgets consentis pour nos missions habituelles ? Autant de questions qui méritent réflexions et solutions.

### **FC : Et qu'en est-il alors de ton nouveau rôle de Président de la nouvelle Ligue Occitanie ?**

**RS :** Tout Président a des pouvoirs mais surtout et avant tout des devoirs. Je pense intimement que le rôle du Président d'une nouvelle Ligue doit être avant tout fédérateur. Unir plusieurs départements, 13 pour notre région Occitanie, qui ne se connaissent pas ou peu, demande au Président d'être avant tout disponible, présent, à l'écoute des uns et des autres, avec une capacité à prendre des décisions avec l'accord de la majorité sur un projet qui a été expliqué, argumenté et voté.

En fait, le Président est là pour rassembler, regrouper, organiser et fédérer des idées, des suggestions et des actions qui correspondent à des besoins réels. Il doit dans sa mission être un dynamiseur d'énergie pour avancer en synergie d'actions. Il se doit d'être conciliateur, digne et honnête dans son rôle car il représente une fédération et des groupes d'aïkidokas qui lui confient une gouvernance, lui accordant leur confiance et auxquels il faudra rendre des comptes. C'est en tout cas de cette façon que j'entrevois ma nouvelle tâche de Président de la Ligue Occitanie.

### **FC : Tu es aussi membre du Comité Directeur du CROS Midi-Pyrénées. L'Aïkido, qui manque cruellement de visibilité, peut-il avoir un rôle à jouer dans cet organe ?**

**RS :** Effectivement, j'ai été élu à l'olympiade passée au Comité Directeur du CROS de Midi-Pyrénées et mon mandat se terminera à la nouvelle élection du 28 mars prochain. Ce fut pour moi une expérience enrichissante à divers niveaux. J'ai eu plusieurs missions à remplir durant ce mandat : j'ai à plusieurs reprises représenté le Président lors des Assemblées Générales du monde sportif de Midi-Pyrénées, j'ai eu des responsabilités pour la logistique et l'organisation des événementiels tels que Sentez-vous Sports, Toulouse / Paris 2024, CommunicaSports etc. J'ai participé à plusieurs réunions, avec la DRJSCS, le CREPS, la Municipalité de Toulouse etc., portant sur des projets régionaux.

Ceci m'a permis de connaître les décideurs et de nombreuses personnalités de ma région et surtout de mieux faire connaître notre discipline, avec le plus souvent possible notre participation dans tous les événementiels de la Région organisés par le CROS, les CDOS, la DRJSCS, le CREPS et la Mairie de Toulouse.

Mon objectif principal était de nous faire connaître du monde sportif et des institutions. Mais il ne faut surtout pas s'arrêter là. Il est nécessaire de poursuivre cette politique de communication en participant le plus possible auprès de ces institutions DRJSCS, CROS, CDOS, CREPS, Mairies, chaque fois que c'est possible. Notre devenir en dépend, c'est mon intime conviction.

Nous sommes trop timides et timorés. Il ne faut plus avoir peur de s'imposer avec courtoisie aux autres et même de provoquer ces ouvertures ! En fait, le monde sportif et les institutions ne nous connaissent toujours pas assez ou très mal. Il faut donc se présenter, expliquer, être dans les réunions, dans les événements locaux. La chaise vide n'est pas la bonne solution !

Merci Fabrice de m'avoir permis de m'exprimer et d'y avoir pensé ! Ça me touche.

J'en profite pour souhaiter à chacun une très belle année 2018 ! Au plaisir de se retrouver sur les tatamis pour partager notre art martial. A très bientôt ! ■

**Fabrice CAST et Raymond SOLANO**

## Efficacité martiale

*L'efficacité ! Si ce sujet est un marronnier de la pratique martiale, il revient aux enseignants de savoir y répondre de façon claire. Didier ALLOUIS nous invite à explorer cet aspect, ce que cela signifie réellement, et nous invite à en dépasser la signification superficielle.*

Quand on se tourne vers la pratique d'un art martial et que l'on n'a jamais eu vraiment de contact avec ce monde, l'idée première qui attire – ou rebute – est l'efficacité qu'apportera cette pratique pour se défendre en cas d'agression. Cette approche est d'autant plus vraie pour les adolescents, les jeunes adultes ou pour les parents qui amènent leur(s) enfant(s) à cette pratique. Ces questions sont normales : le nouveau venu a souvent sa propre image martiale ou philosophique des arts martiaux.

Une réponse claire et motivante doit être apportée dans les deux cas. Le nouveau venu s'est créé une idée en regardant des films d'action dans lesquels le héros triomphe grâce à sa maîtrise de l'art martial. L'efficacité des arts martiaux n'est pas à dissimuler. Le pratiquant doit être conscient que les techniques qu'il va apprendre et intégrer sont parfois d'une efficacité redoutable ; elles ont été mises au point par et pour des guerriers dont l'objectif ultime était de vaincre le jour du combat. Le nouveau venu doit bien intégrer que la pratique physique de l'art martial se fait au dojo et non dans la rue. Sans un bon niveau, l'utilisation de certaines techniques peut être dangereuse en particulier à cause de cette connaissance non maîtrisée.

Les deux erreurs seraient d'utiliser sa technique pour agresser l'autre – ce qui est contraire à l'éthique des arts martiaux – et d'avoir trop confiance en soi et en sa maîtrise de la technique en cas de provocation.

### DES REPONSES QUI EVOLUENT

Lors de son évolution, le pratiquant d'Aïkido apportera différentes



Photo : Gilbert GIRARD

réponses à la question de l'efficacité martiale ; ses réponses évolueront d'ailleurs avec sa pratique. C'est un sujet que l'on se doit cependant d'aborder pour répondre à la demande pressante de nouveaux venus. Beaucoup d'adolescents ou de jeunes adultes se présentent pour pratiquer avec à l'esprit cette interrogation exprimée ou non : cet art martial est-il efficace ? Est-il le meilleur ? En combien de temps serai-je opérationnel ?

Nous sommes dans une société où l'on veut tout, tout de suite, où tout s'acquiert sans effort. En Aïkido, la progression peut être parfois rapide, parfois lente ; on retourne souvent en arrière, on croit avoir compris, assimilé une technique, on change de partenaire et plus rien ne fonctionne. La pratique d'un art martial est école de ténacité et d'endurance.

L'apprentissage des arts martiaux passe souvent par l'étude des Katas, la répétition infinie de mouvements prédéfinis que l'on pourrait de l'extérieur trouver ennuyeuse. On ne refait pourtant jamais deux fois le même mouvement : le contexte change : l'attaque de mon partenaire, sa morphologie, son intention dans l'attaque, mon attention... L'efficacité proviendra de cette répétition à l'infini. L'objectif est que le corps soit imprégné de ces techniques, qu'il les assimile, pour qu'au final, libéré de la réflexion qui fait appel au cerveau, le mouvement devienne fluide et souple, le corps relâché et disponible.

*« C'est un long travail sur soi qui doit permettre de faire abstraction de son ego. L'homme devient vulnérable dès que sa pensée s'attache à vaincre, défaire, prendre avantage, impressionner ou mépriser l'adversaire. Dès que la pensée intervient, ne serait-ce qu'un instant, le corps se fige et le mouvement perd de sa fluidité, de sa liberté. »*

(L'esprit de l'Aïkido, Kisshomaru UESHIBA)

### QU'EN EST-IL DE L'UTILISATION PRATIQUE DE L'ART MARTIAL DANS LA REALITE ?

L'entraînement est une version stéréotypée de la pratique au dojo ; en Aïkido, il n'y a pas de compétition. Une pratique variée est importante : avec de nouveaux Uke, de nouveaux stages, en sortant de sa zone de confort...

Même pour les arts martiaux avec compétition tels que le Judo, le Karaté ou le Taekwondo, on reste dans le contexte d'un dojo, d'une compétition régie par des règles et des arbitres.

### QUEL QUE SOIT LE NIVEAU ATTEINT, EN CAS D'AGRESSION DANS LA VIE, QUE SE PASSE-T-IL ?

En dehors de la technique martiale, nous avons tous une éducation de respect de la vie en société, des règles de vie en société qui façonnent aussi notre comportement et nos réactions. Suis-je prêt à blesser ou tuer pour me défendre ? On ne connaîtra réellement la réponse à ce type de question que lorsque nous serons face à cette situation.

On a vu naître beaucoup de compétitions du type gladiateur dans un enclos et sans règle, des vidéos du type Aïkido versus Taekwondo, Karaté versus Kung Fu : cela n'apporte pas grand-chose, à part du sensationnel.

La pratique d'un art martial doit s'étendre au-delà du dojo, dans la vie de tous les jours. On doit pratiquer, faire attention en permanence à son Shisei, au Ma-ai... Ce sont des notions que l'on peut mettre en application dans la rue, en réunion, en négociation, en management. Si

## Efficacité martiale

par mon attitude ou mon comportement, je remporte une négociation, ne peut-on pas parler d'efficacité martiale ?

Ce qui est certain, c'est que la pratique de l'art martial doit permettre de développer la connaissance de soi, puis la confiance en soi et la maîtrise de soi. Cela génère un comportement, une attitude qui soit n'incite pas à l'agressivité ou au conflit, soit permet de l'annihiler. Quand on observe des grands maîtres, ils dégagent « quelque chose » qui fait que l'on n'a pas envie de les agresser, mais plutôt de les rencontrer, d'apprendre à leur contact, d'avoir la chance d'échanger avec eux.

C'est en cela que les arts martiaux ont aussi évolué. D'une perspective d'entraînement du samouraï pour être prêt le jour où il faudra donner la mort ou mourir, les maîtres ont évolué vers une approche de règles de vie, du Bujutsu au Budo, de l'action éphémère du combat à l'action de toute une vie.

En cela on pourra se référer à une citation d'O Senseï Morihei UESHIBA : « *Le Budo n'a pas pour objet de vaincre un adversaire par la force ou par la ruse. Il ne vise pas non plus à conduire le monde à la destruction par les armes ou tout autre moyen illégitime. En régulant l'énergie de l'univers, le Budo authentique ne cherche qu'à sauvegarder la paix dans le monde, à modeler la nature tout en préservant son identité. Dans le Budo, l'entraînement équivaut à renforcer, dans son corps et dans son amour, l'amour des esprits (Kami), les divinités qui enfantent, préservent et nourrissent toute chose dans la nature.* ».

### L'EFFICACITE PASSE PAR LA MAITRISE DU KI

En Aïkido, si l'on veut parler d'efficacité martiale, cela passe par la recherche du Ki. Au-delà de la technique, la pratique inclut la maîtrise du Ki, l'abandon de la force physique qui mène à l'opposition, la recherche du relâchement, le travail sur soi et l'évitement de l'affrontement direct ; toutes ces notions travaillées au dojo mais que l'on peut améliorer partout !

Finalement le pratiquant découvrira que plus il cherchera l'efficacité, moins il la trouvera. Si je veux faire Ikkyo en voulant projeter mon adversaire, je me retrouve dans l'opposition et il y a de fortes chances que j'utilise ma force ou que cela bloque ; au contraire le relâchement et la disponibilité feront que je ferai Ikkyo ou une autre technique si le contexte est différent, que je passerai mon chemin si je passe à côté de l'attaque.

Pour reprendre un peu de l'enseignement du Maître : éviter l'attaque, c'est faire preuve d'une grande efficacité.

Comme je l'ai dit plus haut, c'est la société dans laquelle nous vivons et notre mode d'éducation qui nous amènent à parler d'efficacité. En Aïkido, il n'y a pas de compétition ; d'aucuns diront que cela manque à l'approche martiale. Prenons le problème autrement : pratiquer chaque jour seul, avec différents partenaires, dans différents dojos... Le seul référentiel devient « moi ». « Suis-je meilleur qu'hier ? ». « Ai-je progressé ? ». Le résultat est que l'on est condamné à avancer, à progresser. Finalement, c'est un beau défi que celui du combat avec soi-même, plus enrichissant que de défier l'autre. ■

**Didier ALLOUIS**  
Président du Département Technique



Photo : Gilbert GIRARD

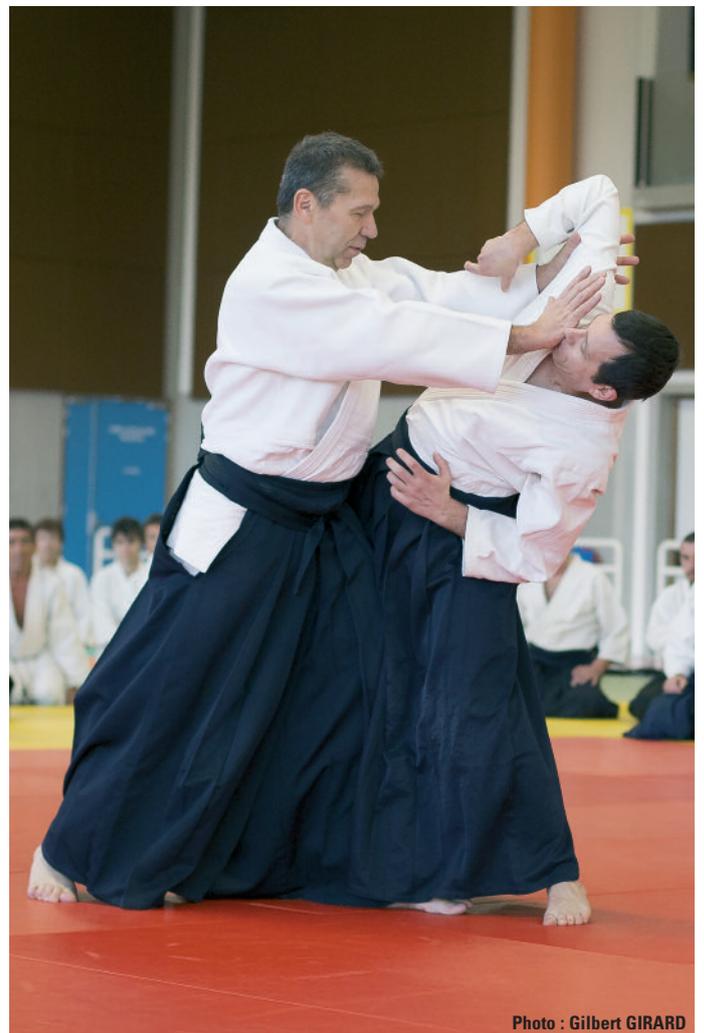


Photo : Gilbert GIRARD

## Partenariat entre la FFAB et Famillathlon

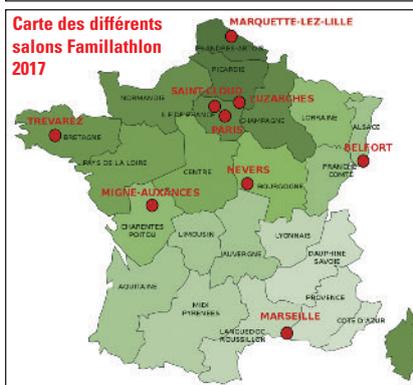
Un partenariat a été mis en place entre la FFAB et Famillathlon. Famillathlon est une association qui a pour vocation de faire découvrir ou redécouvrir aux différentes générations le plaisir et les bienfaits générés par le sport et les activités sportives et de motiver les familles à prendre du temps pour les pratiquer régulièrement.

Elle organise depuis 13 ans une rencontre annuelle dans 8 villes de France qui se veut un moment d'échanges, de découvertes, d'initiations de différentes activités physiques et sportives.

Ce partenariat a été mis en place autour de valeurs communes comme l'accessibilité à tous, l'absence de compétition et d'opposition, le développement d'un esprit de construction avec l'autre, une amélioration de la santé et du bien-être.

### PARTICIPATION AUX FAMILLATHLONS

Cette année, 3 structures de la FFAB ont participé à cet événement : en Provence, en Hauts-de-France et en Ile-de-France.



Ces participations ont permis de donner une certaine visibilité locale de notre discipline martiale, notamment à travers la réalisation et la diffusion de vidéos, d'articles de presse, mais aussi à travers l'initiation d'une centaine de personnes et d'échanges directs avec plus de 150 personnes.

Nous remercions chaleureusement ces clubs et Liges pour leur participation à ces événements. Ces contributions profitent à l'Aïkido de manière générale et profitent également directement ou indirectement à tous les clubs d'Aïkido.

Rendez-vous en septembre 2018 pour les prochains salons Famillathlon. Nous encourageons vivement les clubs, Liges, Comités Interdépartementaux ou Délégations se trouvant à proximité de ces salons à y participer l'année prochaine.

« Seuls, nous pouvons faire si peu ; ensemble, nous pouvons faire beaucoup ».  
Helen Keller

La Commission Communication

## Commission Nationale Jeunes : Grand Stage National et Stage d'été 2018

### Grand Stage National Jeunes : les 19 et 20 mai 2018

Temps fort de pratique pour les jeunes, ce nouveau stage National inter-régions est ouvert aux enfants, jeunes et aux professeurs ou accompagnateurs.

**Lieu :** base départementale de plein air de Guerlédan - 22530 Mur-de-Bretagne

**Animé par :** Gabriel FEMENIAS 5e Dan, Jean-Pierre PIGEAU 6e Dan et les responsables régionaux

**Inscriptions :** réservations hébergement/repas obligatoires (affiche et informations disponibles sur le site fédéral)

En plus des hébergements réservés pour les stagiaires, le site a d'autres possibilités d'accueil et offre ainsi la possibilité aux familles de venir.

### Stage d'été de la Commission Nationale Jeunes : du lundi 9 au samedi 14 juillet 2018

Ce stage est un temps de pratique pour tous, jeunes et adultes, et un temps de formation pour les enseignants jeunes. Il est ouvert aux jeunes à partir de 12 ans et aux enseignants, assistants ou accompagnateurs pratiquants.

**Lieu :** dojo Shumeïkan à Bras

**Animé par :** Jean-Pierre PIGEAU 6e Dan et l'équipe présente  
Jean-Pierre PIGEAU



Photos : Gilbert GIRARD



## Commission Nationale Séniors : Stage Fédéral Séniors 11-12 novembre 2017 à Bazeilles (Ardennes)

### Ambiance

Un Stage National Séniors, c'est d'abord le plaisir d'appartenir à une grande famille fédérale d'Aïkido, le plaisir de se retrouver (car beaucoup reviennent à chaque stage) et enfin le plaisir de découvrir de nouveaux professeurs et d'acquérir de nouvelles motivations.

Pour garantir cette ambiance conviviale de travail, il est proposé d'emblée aux stagiaires de travailler en privilégiant la fluidité, l'harmonie et de rechercher le plaisir de pratiquer.

L'ambiance fut excellente, d'autant plus que, pour les séniors, le stage s'étale sur deux journées (pour éviter la pratique d'un seul jour trop chargé) et permet de nombreux moments de rencontres et de discussions (pots à l'issue de chaque journée, repas amical le samedi soir). Soulignons l'excellent accueil de la Ligue Champagne-Ardenne.

### Thèmes de travail

Ce stage est aussi l'occasion pour chacun d'améliorer sa pratique et pour les professeurs d'essayer d'apporter des réponses aux difficultés rencontrées. Le principal problème pour les séniors reste le relâchement qui, seul, permet la circulation de l'énergie et l'harmonie Tori/Aïte.

>> Cours du samedi : Shisei et Kokyu

- La découverte et la circulation de l'énergie :
  - l'équilibre au sol
  - le relâchement individuel et dans la relation Tori/Aïte
  - la respiration
  - la conduite de l'énergie (axe terre/ciel, le centrage, le ressenti du Ki)
  - différence entre force musculaire et énergie
- Forme de travail :
  - Ikkyo Omote/Ura



- Katate Ryote/Dori

>> Cours du dimanche : Tai Sabaki/Te Sabaki

- Relation dynamique et fluide et plaisir de pratiquer
  - appuis au sol
  - liaison dans une pratique globalisée des actions différenciées bras/jambes
  - l'axe vertical, amener aïte à l'axe vertical de Tori par le déplacement et le Te Sabaki.
- Forme de travail :
  - Jo Dori/Jo Nage
  - Ryote Dori : Tenchi Nage et Kokyu Nage.

### Réflexions sur la Commission

Les moments d'échanges ont permis de réfléchir à l'amélioration des travaux de la Commission.

- Constats :
  - s'il est difficile de mettre en place une section séniors, avec le temps, souvent, le groupe s'étoffe. Les séniors sont difficiles à convaincre, mais très fidèles dès qu'ils ont choisi ;
  - le problème est de trouver la forme et le canal médiatique pour la publicité. Une enseignante de Picardie a vu doubler ses effectifs et atteindre la vingtaine après publication d'un article mettant l'accent sur le bien-être acquis par la pratique de l'Aïkido (un magazine départemental, bi-mensuel : Vivre en Somme) ;
  - de nombreuses régions n'ont pas de référent séniors et ne proposent aucune section pour les débutants âgés. Les amateurs intéressés doivent aller dans un club d'Aïkido et essayer de s'adapter. La plupart choisissent une autre activité (Taïchi, Chi Gong, etc.).
- Propositions :
  - que les présidents de Ligues ou de Départements et de Grandes Régions veillent à donner les moyens d'action à un professeur qui souhaiterait s'investir ;
  - que les référents fassent vivre leur région avec l'aide des instances administratives (Présidents, Comité Directeur, etc.), propositions de stages et de publicité ;
  - de nombreux cadres 3e et 4e Dan sont sans emploi dans les régions. Pourquoi ne pas créer une section séniors ? Pour les aider, la Commission propose deux journées de réflexion à Bras, soit pendant le stage de Monique GUILLEMARD fin juin 2018, soit à une autre date. Au cours de ces journées, toutes les formes de travail pouvant répondre aux difficultés rencontrées par les séniors débutants pourraient être étudiées (relâchement, circulation de l'énergie, équilibre, déplacement, harmonie, etc.) ;
  - que les cadres régionaux actifs mettent en place un ou deux rassemblements régionaux annoncés officiellement (site internet, Sesaragi, etc.) ;
  - reprendre la réflexion concernant les grades séniors.

**René TROGNON et Jean-Luc DELABY**  
Coordonnateurs de la Commission  
Nationale Séniors débutants

## Participez à la Journée internationale des Femmes du 3 au 11 mars 2018 !

**P**our la seconde année consécutive, la Commission Nationale Féminine (CNF) réitère les Journées Portes Ouvertes à destination des femmes (les hommes sont également les bienvenus...) à l'occasion de la Journée internationale des Femmes.

C'est l'occasion, une fois de plus, de faire découvrir l'Aïkido au grand public tout en affirmant les valeurs d'égalité de notre discipline martiale. Au-delà d'amener des femmes à la pratique de notre discipline, c'est aussi un moyen de parler de l'Aïkido et d'y intéresser les médias ou les pouvoirs publics au travers d'une communication, avec l'appui des clubs et des Ligues, que nous voulons forte.

Cette opération a rencontré un franc succès la saison passée avec la participation de 221 clubs et l'initiation de plus de 800 personnes. Nous espérons que cette année encore vous serez nombreux à y participer.

Ces Journées Portes Ouvertes se dérouleront du samedi 3 au dimanche 11 mars 2018 inclus.

A cette occasion, la FFAB propose aux clubs qui souhaitent participer à ces Portes Ouvertes de bénéficier gratuitement de l'assurance fédérale. Les femmes, les hommes et les enfants qui viendront s'initier à l'Aïkido seront ainsi assurés sans certificat médical.

**Attention : pour bénéficier de cette assurance, votre inscription est nécessaire.**

Chaque club inscrit pourra ainsi bénéficier de la couverture fédérale pour 1 à 3 créneaux qu'il aura choisis durant cette semaine. Ce(s) cours de découverte pourra(ont) se dérouler à l'occasion d'un entraînement habituel ou, si les clubs le préfèrent, être mis en place à l'occasion d'un entraînement exceptionnel. ■

**La Commission Nationale Féminine**



Pour vous inscrire, merci de vous rendre sur le site de la FFAB <http://www.ffabaikido.fr> dans l'onglet « Aïkido et les Femmes ».

Vous pourrez vous inscrire directement en ligne ou en téléchargeant et en nous renvoyant rempli le bulletin d'inscription à : [feminines@ffabaikido.fr](mailto:feminines@ffabaikido.fr) ou à l'adresse postale suivante : Youlika MICHALSKI, 51 rue de l'Abbaye, 59120 LOOS.

**Attention : clôture des inscriptions le vendredi 23 février 2018**



## LANCEMENT DES PORTES OUVERTES :

Pour marquer l'ouverture de cet événement, un stage national organisé par la Fédération et accueilli par la Ligue Auvergne Rhône-Alpes (AuRA) se déroulera dans la région lyonnaise le samedi 3 mars 2018 de 9h30 à 12h et de 15h à 17h30. Ce stage, ouvert à tous, sera animé par 3 CEN de la FFAB : Didier ALLOUIS 7e Dan, Béatrice BARRERE 5e Dan et Nathalie GERIN-ROZE 5e Dan. Retrouvez toutes les informations complémentaires sur le site de la FFAB.

Avec la participation de l'Agence ATHENA - Guy BOSCAGLI



### Kagami Biraki 2018

Ce Kagami Biraki fut un réel succès. Plus de 60 pratiquants se sont relayés l'après-midi du samedi 6 janvier 2018 dans le Dojo Shumeïkan de Bras pour le cours traditionnel mené conjointement par Jacques BONEMAISON et Claude PELLERIN : des « locaux » bien sûr, mais aussi des parisiens, des lyonnais, des bourguignons, des champenois, des normands, des picards...

Mme la Consule du Japon à Marseille, Kakuko KOTAKA, a honoré de sa présence la soirée festive ; elle a particulièrement apprécié et aimé l'atmosphère de Shumeïkan... tout autant que les mets savoureux confectionnés par Madame TAMURA.

Malgré une soirée mémorable, nombre de pratiquants étaient au rendez-vous le lendemain dès 7h30 au Dojo pour le cours de Taichi-Respiration-Méditation avec Jacques BONEMAISON. Après un petit déjeuner déjà fort convivial, Antoine SOARES a pris le relais pour animer le dernier cours de ce week-end magnifique.

Un seul regret : c'était de devoir retourner à la maison... ■

**Jacques BONEMAISON**



Photos : Mireille HEBERT



#### Discours de Jean-Pierre HORRIE, Président de l'ENA, à l'occasion de Kagami Biraki le 6 janvier 2018

Madame La Consule du Japon,  
Madame TAMURA,  
Mesdames et Messieurs,  
Chers amis,

C'est un immense honneur, Madame la Consule, de vous accueillir aujourd'hui en ce lieu. C'est un immense honneur pour l'Ecole Nationale d'Aïkido, car elle est au cœur de la FFAB.

En effet, cette Ecole, dite « Ecole Nationale d'Aïkido », a pour vocation de faire vivre un dojo, le Dojo Shumeïkan, qui permet à TAMURA Senseï de développer sa recherche et son enseignement en toute liberté.

Le nom même que TAMURA Senseï a donné à son Dojo suffit-il, Madame la Consule, à saisir toute la richesse et l'ambition que renfermait ce projet : selon les propres termes de Maître TAMURA, « On y étudie l'Aïkido tel qu'il fut légué et approfondi par O Senseï Morihei UESHIBA, cherchant ainsi à répondre à travers ce travail à la question : qu'est-ce que l'homme, comment doit-on vivre et quel est le sens de la vie ? ».

Citons encore Maître TAMURA dans son texte fondateur de Shumeïkan en 1992 : « Je tiens avant toute chose à rappeler ici pourquoi j'ai voulu ce Dojo :

*Face à l'essor très rapide qu'a pris notre discipline, nous manquons cruellement de véritables enseignants et les conséquences de ce phénomène doivent apparaître clairement aux yeux de ceux qui savent voir. L'Aïkido est une voie de perfectionnement de l'homme. Il ne suffit pas de posséder le Brevet d'Etat ou d'avoir l'aval de son professeur pour enseigner... Vous qui avez la charge d'enseigner, n'êtes-vous pas conscients de ces limites ?*

*Ceux que nous voulons rassembler en ce Dojo sont ceux qui se heurtent à des problèmes et qui font tout ce qui est en leur pouvoir pour les résoudre. Et je souhaiterais pouvoir y approfondir tout ce qu'il n'est pas possible de travailler réellement lors de stages fédéraux.*

*Que viennent en ce lieu ceux qui ont envie de partager cette expérience ».*

C'est ainsi que le Dojo Shumeïkan a fonctionné grâce à TAMURA Senseï et, tout comme la FFAB, il continue son activité sans fléchir depuis le 10 juillet 2010.

L'Ecole Nationale d'Aïkido, je le disais plus haut, est au cœur de la Fédération. En effet, si cette dernière s'inscrit dans le cadre juridique de nos institutions françaises, grâce à ce Dojo elle est alimentée d'une source unique : la pratique du Budo tel que le Fondateur l'a développé et enseigné. Je citerai seulement trois faits marquants qui jalonnent l'année :

- les fêtes traditionnelles du Budo y sont systématiquement organisées : Kagami Biraki, Kan Geiko, Midori No Hi, Shochu Geiko, Osoji, Nen Matsu Geiko, où chaque fois la présence active de Madame TAMURA est tout particulièrement appréciée ;
- les cadres techniques de la Fédération viennent régulièrement se retrouver ensemble, faire immersion, et parfaire leur recherche personnelle ;
- des clubs affiliés à la FFAB viennent pratiquer un week-end entier, voire une semaine complète.

Ainsi, toute la richesse de l'Enseignement de TAMURA Senseï continue à porter ses fruits grâce à l'atmosphère laissée et entretenue au Dojo Shumeïkan.

C'est un fait unique en France et en Europe, et votre présence ce soir pour fêter Kagami Biraki revêt tout son sens. C'est pourquoi, au nom de tous les adhérents de l'ENA, je tiens à vous exprimer, Madame la Consule, notre profonde gratitude.

Maitre André Nocquet

2018



www.ghaan.com

G.H.A.A.N.

Groupe Historique Aïkido André Nocquet

F F A B



# STAGE D'AÏKIDO

## à la mémoire de Maître André Nocquet

Yerres le dimanche 11 mars 2018

**18<sup>ème</sup> STAGE D'AÏKIDO  
OUVERT À TOUS LICENCIÉS**

Animé par les RTN du GHAAN

**de 9h30 à 13h00**

Présentation du passeport fédéral avec  
le timbre de licence de la saison en cours  
ainsi que le certificat médical en cours de validité.

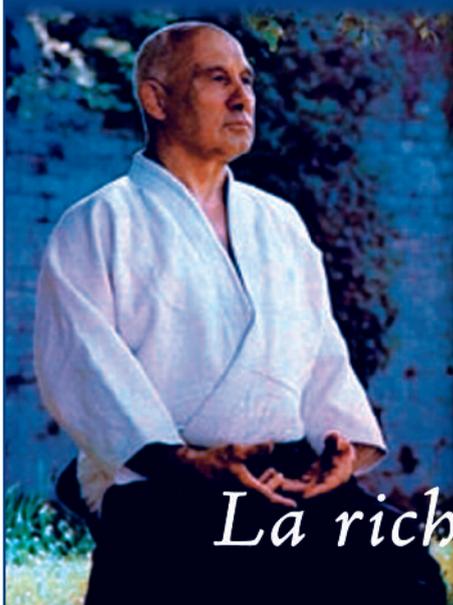
**Stage avec participation financière  
aux frais d'organisation de 10,00 €**

Dojo du C.Y.L.A.M. : 13, rue Lucien Manès - 91330 Yerres  
RER D gare de Yerres

合  
氣  
道

# Aïkido

Renseignements :  
Roland GILABEL : 01 69 40 21 01  
Alain FLOURE : 01 60 63 62 47



*La richesse des différences*



Club Yerrois d'Arts Martiaux  
<http://www.cyamyerres.fr>

## Retour en Côte d'Ivoire 13 ans après

Michel PROUVEZE Shihan est celui qui a initié la génération actuelle de pratiquants ivoiriens. Il était présent en Côte d'Ivoire dans le cadre de ses activités professionnelles au Lycée Français Blaise Pascal de 2000 à 2004. La crise ivoirienne l'a contraint à rentrer en France, ce qui ne l'a pas empêché de garder un œil sur la pratique ivoirienne, dispensant ainsi de précieux conseils.

A son départ, nous étions en association ; aujourd'hui, nous avons pu créer la Fédération Ivoirienne d'Aïkido et Disciplines Associées (FIADA). Cette dernière a pu, du 16 au 22 novembre 2017, organiser un stage animé par Michel PROUVEZE Shihan, aujourd'hui 7e Dan.

C'est avec plaisir que nous avons retrouvé notre Senseï, encore plus affûté, possédant un relâchement et une présence impressionnants. Le travail qu'il a proposé a porté essentiellement sur la recherche du relâchement, la coupe, mais aussi l'attitude.

Ce stage a été l'occasion, pour les membres les plus anciens de se ressourcer, pour certains de donner un nouvel élan à leur pratique, et pour d'autres de découvrir l'Aïkido.

Ce furent des retrouvailles pleines d'émotion et particulièrement riches techniquement. Le stage a été fort apprécié de tous les pratiquants qui espèrent pouvoir recommencer très bientôt. ■

**OUATTARA Doma Jean-Maurice**



Photo : Gilbert GIRARD

Pour accompagner Claude PELLERIN Shihan et Michel PROUVEZE Shihan dans leurs stages en commun (Espagne : mi-février 2018, Maroc : mi-avril 2018, Allemagne : mi-juin 2018), pour participer aux stages en France ou pour découvrir le travail du Cercle de laïdo, suivez nos manifestations sur notre calendrier.

Pour connaître notre histoire et nos fondations, demandez notre DVD.

### CONTACT – INFORMATIONS

[www.cercledeiaido.com /](http://www.cercledeiaido.com/)  
[contact@cercledeiaido.com /](mailto:contact@cercledeiaido.com)

Tél. : +33 681 101 716

**Retrouvez-nous aussi  
sur Facebook :**

[www.facebook.com/  
cercledeiaido.1](http://www.facebook.com/cercledeiaido.1)

**www.budo.fr**  
la budothèque idéale de l'aïkidoka

01 64 24 70 38

C'est avec une grande fierté et un grand enthousiasme que j'ouvre cet article consacré au groupe Dento Iwama Ryu Aïkido France. Après de longues préparations, le groupe DIRAF a pu mettre en place un partenariat constructif avec la FFAB. L'année 2017 a été marquée par la venue de SAITO Hitohira Senseï à l'INSEP de Paris sous l'invitation du dojo Tenchi et le développement de nombreux stages et évènements. Cette nouvelle année va permettre au groupe DIRAF de s'inscrire dans la continuité du travail de partenariat avec la FFAB par l'organisation de stages communs et le développement de notre présence au sein des Ligues et Comités Interdépartementaux. Au nom de DIRAF, je vous souhaite à tous et à toutes mes meilleurs vœux pour cette nouvelle année. Qu'elle puisse vous apporter santé, bonheur et réussite dans vos projets et la pratique de l'Aïkido.

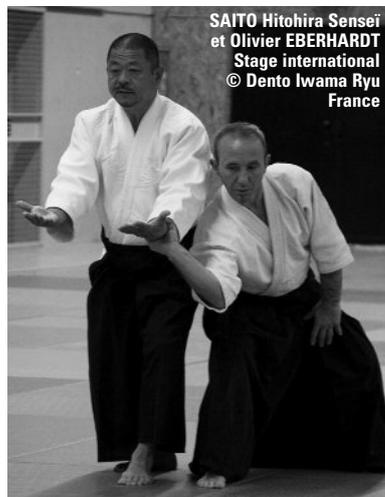


**Jean-François BOURILLON**

**Président de Dento Iwama Ryu Aïkido France**

### Un peu d'histoire...

Née en juillet 2012, suite au développement de la pratique de l'Aïkido d'Iwama en France depuis les années 90, l'association Dento Iwama Ryu Aïkido France a pour principal objet l'étude, l'organisation et le développement de l'enseignement et de la pratique de l'Aïkido d'Iwama. Notre association est en lien direct avec l'Iwama Shin Shin



SAITO Hitohira Senseï  
et Olivier EBERHARDT  
Stage international  
© Dento Iwama Ryu  
France

Aïki Shuren Kai de Hitohira SAITO Senseï au Japon. Elle développe des liens étroits avec le Japon et les nombreux dojos du monde entier qui suivent cet enseignement. Hitohira SAITO Senseï, fils et successeur de Morihiro SAITO, est le fondateur de l'Iwama Shin Shin Aikishuren Kai. Il débute l'apprentissage de l'Aïkido à l'âge de 7 ans dans le dojo et sous la direction de O Senseï Morihei UESHIBA, le fondateur de l'Aïkido. Hitohira SAITO

Senseï devient instructeur officiel au dojo d'Iwama de O Senseï en 1986. Sa présence dans la conduite du dojo et la gestion de l'Aïkijinja (temple de l'Aïkido) s'affirment progressivement pour en prendre la direction jusqu'en 2004. Il forme sa propre organisation « l'Iwama Shin Shin Aikishuren Kai » en février 2004.

Il enseigne depuis dans son propre dojo à Iwama, le Tarenkan où il

pratique la méditation et enseigne également le Shuriken Jutsu, du style « Negishi Ryu ». Hitohira SAITO Senseï est aussi un expert en calligraphie et chef cuisinier. Il anime de nombreux stages dans le monde entier et vient régulièrement en France dans le cadre de stages internationaux organisés sous l'égide de Dento Iwama Ryu Aïkido France.



Groupe Uchi Deshi Iwama - Avril 2017  
Photo : Olivier EBERHARDT

### La pratique d'Iwama

Les spécificités de notre pratique sont les techniques de l'Aïkiken, de l'Aïkijo et de Taijutsu telles que développées à Iwama, et que O Senseï considérait comme une chose unique. L'étroite relation entre les techniques d'armes et mains nues est véritablement un point essentiel. Car au-delà de tous les détails, cet ensemble indissociable converge vers un même principe : l'Aïki.

Les points de départ du Keiko consistent à intégrer les situations les moins favorables dès le début. Ceci est vrai dans tous les Budo. Il faut en premier lieu être capable de bouger même en étant très fortement saisi/immobilisé. L'utilisation du Kiaï est systématique et vise à mobiliser l'énergie du corps, de l'esprit et du souffle dans la dynamique et l'intensité du mouvement.

*« Nos entraînements à mains nues sont fermes et se prolongent mentalement dans l'entraînement au Ken et au Jo. Nous favorisons les échanges avec les autres écoles anciennes (Kobudo) qui existent aujourd'hui encore au Japon, et faisons de notre amélioration spirituelle un effort de tous les instants ».*

Paroles de SAITO Hitohira Senseï

Notre pratique ne saurait se résumer en ces quelques mots, d'autant plus que notre vie de pratiquant est ponctuée d'éléments significatifs comme les séjours Uchi Deshi à Iwama, Kagami Biraki, la pratique du Misogi, les stages et démonstrations... Autant d'éléments que nous souhaitons pouvoir partager au sein de la FFAB et ouvrir à la connaissance de tous.

**Olivier EBERHARDT**

**Responsable technique national du groupe DIRAF**

**Plus d'infos :**

**[www.iwama-ryu.fr](http://www.iwama-ryu.fr)**

**mail : [dento.iwamaryu.fra@gmail.com](mailto:dento.iwamaryu.fra@gmail.com)**



Stage international d'Aïkido  
SAITO Hitohira Senseï - INSEP de Paris - Nov. 2017  
Photo : Aymeric LE PESANT

# Tozando Aikikai, le must du hakama !

Confectionné au Japon  
100% polyester



La douceur satinée du cachemire et le confort d'un très haut de gamme. Facile à plier, résiste bien au suwari waza et garde sa tenue et ses plis.

合気道  
クリストフ  
パジュ

Possibilité de broderie à votre nom. Voir page « broderies » de notre site internet.

Passez commande et payez directement sur notre site  
[www.hakama-aikido.com](http://www.hakama-aikido.com)

Disponible en  
noir ou bleu nuit

**Manzoku-Diffusion**  
8, rue des Muses - 68390 Sausheim  
Tél. : 06 11 42 52 29  
[manzoku.diffusion@gmail.com](mailto:manzoku.diffusion@gmail.com)

 SINONOME

[www.sinonome.org](http://www.sinonome.org)  
[www.sinonome-japan.com](http://www.sinonome-japan.com)



Equipements  
de grande qualité  
pour les arts  
martiaux japonais

SINONOME : 6-9 Minamichuou, Tsu 514-0832 Mie, Japan

SUR LE SITE DE LA FFAB

[www.ffabaikido.fr](http://www.ffabaikido.fr)



Toutes les informations fédérales en ligne

Pour chaque ligue, chaque club, un espace réservé à leur disposition

..... **Demandes de licences en ligne par les clubs** .....

Retrouvez toutes les informations et la procédure pour faire vos demandes de licences en ligne dans l'espace réservé club, à la rubrique « téléchargements privés »

Procédure d'accès aux espaces réservés disponible pour les dirigeants concernés (clubs, organismes territoriaux, groupes et responsables fédéraux) auprès du secrétariat du siège fédéral, via l'espace contact du site ou par mail [ffab.aikido@wanadoo.fr](mailto:ffab.aikido@wanadoo.fr)

Fédération Française d'Aïkido et de Budo

Aïkikaï de France - Place des Allées - 83149 BRAS - Tél. : 04 98 05 22 28 - Fax : 04 94 69 97 76

La FFAB est agréée par le Ministère des Sports et reconnue d'utilité publique.

Elle est membre de la FEA et dispose de la reconnaissance du Hombu Dojo de l'Aïkikaï de Tokyo.

Plan du site | Copyright © - F.F.A.B.

