

Saison 2018/2019

Une nouvelle saison sportive s'achève et ce nouveau numéro du taï Info va tenter de retracer fidèlement l'année écoulée. Ce CD a pour seule volonté de retracer tous les meilleurs moments sportifs mais aussi les nombreuses activités auxquelles votre club, son encadrement, son bureau mais aussi et surtout **vous**, avez contribué.

Cette année, la forte participation des nouveaux adhérents enfants prouve une fois n'est pas coutume que la qualité de nos enseignants ainsi que la dynamique dans laquelle s'inscrit durablement notre club sont au rendez-vous. Car c'est bien au travers de notre jeunesse que nous avons l'ambition toujours vivace de représenter notre sport mais aussi notre ville, notre région. Et c'est bien comme ambassadeurs que nos sportifs se présentent et combattent sous les couleurs du club.

Les années passent et nos valeurs restent bien présentes : l'énergie, la convivialité, la générosité et surtout la simplicité, toujours autant appréciées, restent irrémédiablement notre raison d'être et le leitmotiv du club.

Je tiens à sincèrement remercier **tous** les membres du bureau :

Anne qui me supplée au quotidien, Florence et Lydie sans qui les cordons de la bourse pourraient être plus distendus ☺ ☺ ☺, Stéphan et Laurence qui tiennent le secrétariat et remplissent avec brio des actions parfois un peu ingrates. Et enfin Romain, notre correspondant stages et formations diverses qui nous a planifié quelques stages fort intéressants.

En outre, notre club ne serait rien sans ses professeurs, Sophie et Jean Louis, qui assurent un enseignement constant de qualité ; un coup de mou, une petite fatigue ou juste pas envie de sortir le soir d'hiver dans le froid, et bien non, ils sont là et ce n'est bien sûr pas toujours facile !!!

Enfin, et ce bilan ne serait pas complet sans nos ados Paul et Mohamed mais aussi nos jeunes espoirs Cassandra, Chloé, Rémy et Ayoub qui aident beaucoup lors des entraînements.

Cette année, votre club a choisi de ne pas participer à la coupe de France. La coupe de la Crau (=coupe du Tricastin une année / 2) durant laquelle nos jeunes ont si valeureusement défendu nos couleurs démontrent une implication soutenue. Nous sommes aussi présents aux stages nationaux (Le Mans) ou en démonstration (Téléthon), mais aussi sous forme « socio/culturelle » tels que les marchés de Noël, moules frites, kermesses et stages enfants /adultes. Toutes ces activités sont autant de vecteurs pour nous fédérer autour de notre sport et ainsi le faire découvrir au plus grand nombre.

Il faut aussi souligner la volonté du club de s'ouvrir sur l'extérieur, et c'est pourquoi cette année nous avons réitéré une initiation au Kyusho mais aussi quelques incartades en Aïki Ju Jitsu (invité par le cours adulte du Karaté) ou encore au Judo (avec D GRAJKOWSKI 3ème Dan).

Enfin, l'activité du club pour ses adhérents ne pourrait se faire sans la participation active des parents et à ce titre je remercie vivement les sempiternelles aides (Isabelle, Chantal, Laurent etc ...) pour leur implication au quotidien.

Je vous souhaite de passer d'excellents moments en lisant ce nouveau numéro du Taï Info relatant tous les moments de cette belle saison.

Amicalement et sportivement

Stéphan BARAKEL

FIN DE SAISON 2018

Dernier jeudi de la saison, jour de la remise des grades et récompenses diverses. Pendant l'installation, Tom propose un petit échauffement aux enfants



Puis tout le monde, enfants et adultes présents, se met en place pour le salut face aux professeurs, Jean-Louis et Sophie, et les membres de l'encadrement, Stephan D., Laurence., Romain, Stephan B., Mohamed et Paul.



Quelques récompensés :





LES ADULTES : Florence, Mohamed, Ludovic et Mathias.



Paul et Victoria ont été récompensés pour leurs bonnes performances en coupe de France



Enfin, tous les membres de l'encadrement se sont vus offrir de magnifiques présents par les parents, geste qui nous touche beaucoup !!!



Nina quitte le bureau et le club !!

Elle a commencé le tai-jitsu à l'âge de 7 ans et a réussi les différents grades avec brio. Dès l'âge de 13 ans elle fait partie de l'encadrement comme beaucoup de jeunes du club.

Puis lors de la première compétition nationale organisée à Pierrelatte en 2002, elle monte sur la 3ème marche avec son partenaire Fabien, s'en suivent de nombreux titres individuels et en équipe avec Marion. Puis le dernier en 2015 championne de France à Pierrelatte. Elle restera avec d'autres une référence technique !!!

Au bureau du club depuis 3 années c'est avec tristesse que nous la laissons partir, mais pour une raison tout à fait recevable puisque c'est pour s'occuper de son petit bout, Noam !



ASSEMBLEE GENERALE CLUB TAI JITSU

SAISON 2018/2019

Introduction : Le mot du président

La saison 2018/2019 touche à sa fin, il ne reste que la remise des ceintures et trophées en date du 20 Juin, mais avant de revenir sur celle-ci, je tiens à chaleureusement remercier :

🕉 La municipalité de PIERRELATTE représentée par Henri FONDA, adjoint aux sports

🕉 L'Atom Sports représenté par Dominique LAURENT

🕉 Le bureau du club composé d'Anne, Laurence, Florence, Sophie, Lydie, Stéphan, Romain et Jean Louis.

🕉 Et enfin toute l'assemblée venue nombreuse.

Cette année, le nombre d'enfants inscrits est resté à un haut niveau et c'est très bien. Il nous faut continuer dans cette voie afin de fidéliser encore plus les enfants qui demeurent l'essentiel du club.

Les inscriptions adultes ne sont pas à la hauteur de nos attentes au cours de Taï mais restent constantes en cardio.

De manière générale, l'assiduité était au rendez-vous, et les progressions et résultats démontrent une fois de plus que l'enseignement est de très bonne qualité. C'est donc un satisfecit au niveau de l'encadrement et des professeurs.

Les résultats sportifs seront évoqués par la commission sportive ultérieurement.

L'exercice financier de cette année, est lui aussi correct et à l'équilibre, il sera, lui aussi évoqué par la commission financière, mais d'ores et déjà, nous avons voté une stabilisation des droits d'inscription, ce qui est un signal encourageant.

Cette année, votre club, en se ralliant à l'Académie du Taï Jitsu (créée par C BISONI 7eme Dan), se dote d'une variété d'apprentissages permanents et exceptionnels. Ainsi, en ayant fait le choix de rejoindre cette académie, le club en a ainsi ouvert les droits à chacun de ses licenciés et ce, sans impact financier. Chacun peut d'ores et déjà participer à des stages (selon âges) et recevoir des tutos et/ou démos du référent technique national de Taï Jitsu par courrier électronique.

Les différentes sollicitations et participations aux diverses manifestations comme le forum des associations, les marchés de Noël des Blaches et de Lapalud, le Moules frites, la participation du club à d'autres évènements extra sportifs comme la course des couleurs de Lapalud font de notre club un acteur local déterminé.

Tout cela ne serait effectivement pas possible sans l'aide de la municipalité Pierrelattine et, Mr Henri FONDA, nous comptons cette année encore sur la générosité municipale afin que nous continuions à rayonner sur l'activité locale, et d'avance je vous remercie.

Je remercie aussi l'Atom Sports, qui par son soutien nous aide à concrétiser des actions auprès de nos sportifs.

Pour cela, je compte bien entendu sur l'implication de chacun, à savoir le bureau, l'encadrement, les bénévoles (que je remercie chaleureusement au passage), l'Atom Sports et bien entendu la municipalité.

Encore une fois cette année, la créativité s'est exprimée par des ateliers de confection d'objets, le thème prédominant étant le recyclage par des objets en bois flotté mais aussi de la vie de tous les jours. Et cette année encore, la vente de ces objets lors du marché de Noël des Blaches a été un franc succès. Merci à Sophie, Florence, Ghyslaine, Laurence, Lydie et Jean Louis.

Voilà, c'était un petit retour exhaustif sur l'activité de votre club, une activité encore riche dans son ensemble.

Je vous propose dès lors d'écouter chaque bilan

Parole secrétariat

Parole Trésorière >> Signature de 2 témoins de l'assemblée

Parole sports enfants

Parole Sports adultes

Parole Stages

Parole Section Kyusho

Cette année encore, votre club s'est essayé au Kyusho. C'est ainsi qu'au travers d'un stage d'initiation le 11 Novembre 2017, Rémi CAILLERETZ, 4eme Dan de Kyusho et enseignant sur Lyon, nous a prodigué quelques techniques de self défense sur des points vitaux. L'efficacité des atémis sur les points particuliers formant les méridiens n'est plus à démontrer, et cette année encore nous avons eu notre lot bleus, hématomes en tous genres et KO.

Pour cette édition ouverte à tous (... à partir de 15 ans), votre club était bien représenté et nous avons pu rencontrer d'autres sportifs tels que les karatékas de Pierrelatte et St Paul 3 Châteaux, mais aussi le club de Krav Maga de Valence.

En parallèle, afin de progresser, les encadrants gradés du club, ont maintenu une heure toute les 2 semaines afin de travailler plus précisément certaines techniques du Tai Jitsu en y appliquant le Kyusho (localisation du point recherché, mais aussi méthode et angle de frappe).

En complément de tout cela, nous avons participé au premier volet de la formation au 1^{er} dan de Kyusho France à Palavas sous la houlette de Robert CHASSAN.

Parole Mairie

Parole Atom Sports

Conclusion

Rendez-vous le 07/09/2019 pour la journée des associations

Rendez-vous le 19/09/2019 pour le Tai enfants et adultes et le 21/09/2019 pour le cardio Tai

Tout le bureau est démissionnaire et se représente à l'exception de Lydie

Se représentent

BARAKEL Stéphan (Président)

MAGALON Anne (Vice-présidente)

DOMERGUE Florence (Trésorière)

DOMERGUE Stéphan (Secrétaire)

COTEL Laurence (Vice-secrétaire)

DAILLY Romain (section stages et formations)

CHABANIS Jean Louis (Professeur)

CHABANIS Sophie (Professeur)

STAGE DE LANS EN VERCORS

Les 7-8-9 juillet 2018

Comme chaque année, depuis 4 ans maintenant, des membres de l'encadrement participent au stage organisé par Christian BISONI (expert national 6ème DAN) à Lans en Vercors.

Trois jours intenses durant lesquels différentes techniques ainsi que différentes approches de selfdéfense sont abordées.

Dominique Le Bihan, 5ème Dan, quant à lui nous propose une palette de défenses très proches du combat de rue avec des techniques de kyoshu.





Cette année, coupe du monde oblige, la première après-midi s'est terminée plus tôt afin de soutenir l'équipe de France !!



La 2ème soirée est festive ! Tous les participants se retrouvent autour d'une paëlla et terminent la journée en se trémoussant malgré de nombreuses et douloureuses courbatures !!



Puis dès le lendemain reprise des hostilités !!



Après-midi récréative : randonnée en VTT très appréciée en particulier par Steph !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!



FIN DE STAGE



REPRISE DE L'ENTRAINEMENT POUR L'ENCADREMENT EN AOUT



JOURNEE DES ASSOCIATIONS

Cette année changement de formule, pas de démos sur estrade mais des accès au dojo pour proposer un panel varié des techniques et des katas de notre discipline.

L'avantage de cette formule est que le cardio a pu proposer lui aussi une démonstration !!!

Un succès mitigé et une fréquentation du stand moins évidente !!



Achille était lui aussi présent ! Il est joueur avec les STEPH !!!



Journée des familles

06 Octobre 2018

En ce beau et chaud samedi après-midi a eu lieu la désormais traditionnelle journée des familles (anciennement journée des copains).

Chaque adhérent peut inviter des amis, des frères et sœurs, cousins, parents etc ... et ce afin de faire partager le temps d'une après-midi, une pratique commune, notre pratique du Taï Jitsu.

C'est dans une ambiance détendue que tout le monde s'est d'abord regroupé autour de Jean Louis et Sophie pour le salut et une rapide explication du contenu de la session.



Après avoir embarqué les quelques accompagnateurs encore immobiles en dehors du tatami pour une initiation au cardio Taï par Sophie...



... les Steph et Paul préparaient les enfants aux rudiments des déplacements et chutes en tous genres.



Après quelques échauffements, ça y est, c'est le moment tant attendu, le cours de Tai de Jean Louis où toutes les générations se côtoient. On peut lire l'étonnement de certains par rapport à l'efficacité des atémis et des projections.





Les parents comme Chantal, Ludovic, Jean se sont frottés à leurs enfants, soit débutants comme Adrien, soit très aguerris comme Rémy.



Pourquoi il faut qu'il change de Uke aujourd'hui ...

Et voilà, on finit par le oï tzuki ...



Enfin après l'effort, voici venu le temps du réconfort autour du verre de l'amitié offert par votre club. Le président en profite pour faire un rapide compte rendu de la saison précédente et surtout présente

Le programme du club pour cette nouvelle année sportive



STAGE DE L'ENCADREMENT

Afin de préparer au mieux cette nouvelle saison, un stage avec les membres de l'encadrement est organisé et animé par les 2 professeurs Jean-Louis et Sophie CHABANIS.

Cette année nous ont rejoints nos 4 ceintures vertes du cours enfant : Cassandra, Chloé, Rémy et Ayoub.

Cette réunion conviviale permet de remettre à plat tous les objectifs et découvrir ensemble différents exercices pédagogiques pour améliorer le niveau technique de chaque groupe.



PHOTOS DE GROUPES

Ceintures orange vertes, à l'encadrement Laurence et Sophie



Ceintures jaunes, à l'encadrement Laurence, Paul, Jean-Louis et Sophie



Le groupe des gradés



Le groupe des ceintures blanches, à l'encadrement Steph D., Laurence, Romain, Steph B.



Le groupe adulte



Le groupe cardio



LE BUREAU



Téléthon : 1^{ère} démo de la saison pour le Club !

Séries de chutes, pour petits et grands...



1^{er} kata : **SHODAN**



2^{ème} kata : **NIDAN**



Les Techniques du « groupe Enfants »



Les Katas des Pros (ou plutôt des Séniors pour certains...)

SOSHUN



KATA COUTEAU



Les Techniques et Randoris du « groupe Adultes »



Les Profs montrent...



Sophie, Ludovic & Florence



Jean-Louis & Chloé



Philippe & Laurence



Tom & Romain
Tom, Romain & les Stef



Le Téléthon, c'est aussi l'occasion de découvrir d'autres sports

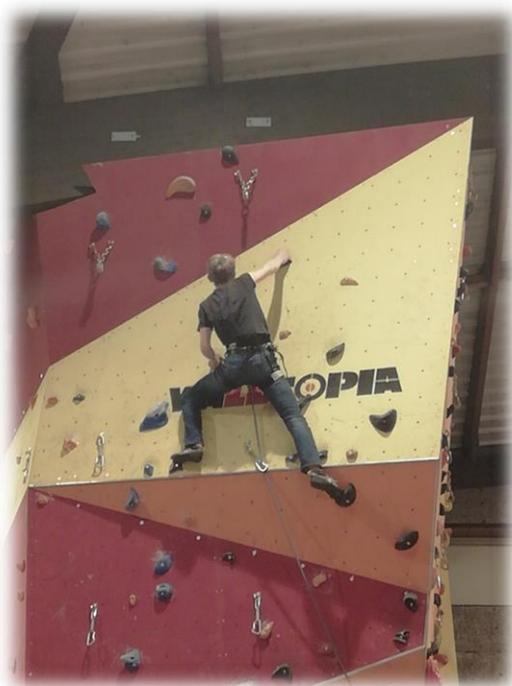
Les tireurs d'élite Jean-Louis et Stef...

...visent toujours dans le mille !



Tom, est Spiderman

Spidergirl & Spiderboy



MARCHES DE NOËL

2018

Comme chaque année le Tai-jitsu est présent aux marchés de Noël des Blâches, et de Lapalud

Marché de Noël des Blâches, les 24 et 25 novembre

2018



Qui veut une crêpe bien chaude, sucre, nutella, marron, confiture ??

NOTRE STAND DE CRÊPES À L'EXTÉRIEUR, SOUS UN SOLEIL LE SAMEDI, MAIS LA PLUIE NOUS A RATTRAPÉ LE DIMANCHE

A l'intérieur de la MJC nous tenons également un stand d'objets confectionnés par les bénévoles de l'association, des cadres, des bougies, des calendriers de l'avent, tous types d'objets à offrir pour les fêtes 😊 😊 😊 !!!

Marché de Noël de Lapalud le 15 décembre 2018



**Au stand crêpes de Lapalud, vous pouvez déguster des crêpes
sucrées mais aussi des crêpes salées !**

**Et nous vendons aussi des huîtres et du foie gras pour régaler les
papilles !!!**



**Nous vous attendons nombreux pour la saison
2019 😊 😊 😊 😊 😊 !!!!**

GOUTER DE NOEL 2018



Allocution de
notre président
pour présenter
la saison
2018-2019 aux
familles.



Quel standing
Stef mais tu
n'en fais pas
trop ?
Tu les as tous
hypnotisés...



Allez les enfants
on se réveille, il
est l'heure
d'appeler le grand
barbu.
**« Père Noël, Père
Noël. »**



Bonjour les
enfants mes lutins
mon dit qu'il y
avait des cadeaux
pour vous !



Aller **Aïden**, fais-moi ton premier
kata et je te donnerai ton cadeau.

Mes lutins m'ont dit que
tu étais la spécialiste des
chutes roulées alors,
Lou-Margot, voici ton
cadeau.





Chez nous, au Club, même les grands ont droit à un cadeau à condition qu'ils soient sages, n'est-ce pas ?



Après toutes ces émotions il est temps de prendre le verre de l'amitié



**Le Club de Tai-Jitsu vous souhaite un
Joyeux Noël et de bonnes fêtes de fin
d'année**

STAGE CHRISTIAN BISONI

Février 2019, Christian BISONI est venu, à pierrelatte, animer un stage de tai-jitsu grace à notre adhésion à l'Académie Tai-Jitsu France.



De nombreux clubs étaient présents tels que Lyon, Eybens, Lans en Vercors

De nombreuses techniques nous ont été proposées ainsi que le kata TANTO SHIYOU





Fin du stage avec la traditionnelle photo de groupe.

Puis Christian a arrosé son 7ème dan réussi récemment.



Stage du Mans par Romain



Les samedi 2 mars et dimanche 3 mars se déroulait au Mans un stage organisé par l'Académie Tai Jitsu France, sous la direction de Christian Bisoni, 7ème Dan de Tai Jitsu et expert fédéral au sein de la Fédération Française de Karaté, de Roland Chassan, responsable de Kyusho, 6ème Dan et expert fédéral, de Joe Lechat, 7eme Dan de Karaté contact et enfin de Dominique Le Bihan, 5ème Dan de Tai Jitsu et président du Roseau qui était le club hôte de cette manifestation.

Le club de Tai Jitsu de Pierrelatte était particulièrement bien représenté sur les tatamis avec 8 de ses adhérents : Stef D et Steph B, Jean-Louis, Sophie, Tom, Laurence, Philippe et Romain.



Départ de la gare TGV de Valence à 17h27 vendredi direction Le Mans



Tous prêts pour attaquer le stage



Ce week-end de pratique particulièrement enrichissant mettait en avant l'utilisation du Kyusho, l'art des points vitaux basé sur la médecine Chinoise des différents méridiens du corps humain, dans le cadre de techniques issues du Tai Jitsu.



Le but de cette intégration au sein même de notre art martial de self-défense est de décupler l'efficacité de ce dernier en exerçant des frappes ou des pressions sur certains points d'acupuncture.

Divers fondamentaux du Kyusho furent abordés lors de ce stage révélant la grande richesse et complexité de ce dernier : angle de frappe, cycle de destruction basée sur les différents éléments (Feu, Métal, Bois, Terre, Eau), position, centre de gravité, distinction entre le Yin et le Yang... De nombreuses choses plus ou moins difficiles à assimiler que nous aurons probablement l'occasion d'approfondir à travers d'autres manifestations à venir sur ce thème.



Petit aperçu de l'effet Kyusho sur l'organisme.



Repas du samedi soir... au menu : choucroute !

*Restauration bien méritée après un
Week-end intensif le dimanche midi*



Un grand merci au club le Roseau et à son président Dominique Le Bihan pour l'organisation de cette manifestation et pour leur générosité et à Christian Bisoni et Roland Chassan pour la grande qualité du stage qu'ils nous ont prodigués.



Cette année, coupe du monde oblige, la première après-midi s'est terminée plus tôt afin de soutenir l'équipe de France !!

STAGE DE TAI JITSU ET KYUSHO par Stéphane Barakel

02 et 03 Mars

LE MANS

Le 1^{er} Mars, après une épopée de 4h durant laquelle les gradés du club ont traversé la France d'Est en Ouest en TGV, notre destination est atteinte : Le Mans .

Alors, si toi, lecteur, as le même niveau de connaissances sur Le Mans que ce que j'en avais alors, c'est-à-dire penser que Le Mans n'est synonyme que de rillettes et de ses fameuses 24h, alors , cadeau, petit extrait de wikipédia :

Le Mans (*[la mɑ̃]*) est une *commune* faisant partie des *grandes villes* du *Grand Ouest français*, située dans la région des *Pays de la Loire* et le département de la *Sarthe* dont elle est la *préfecture*.

La ville se trouve à la confluence des rivières de la *Sarthe* et de l'*Huisne*. Ancienne capitale provinciale du *Maine* et du *Perche* à partir du *XVI^e siècle*, elle voit le mariage de *Geoffroy V d'Anjou* et *Mathilde l'Emperesse*, fille du roi d'Angleterre, jetant ainsi les bases de l'*Empire Plantagenêt*, et la naissance d'*Henri II*. Le *vieux Mans*, dénommé *Cité Plantagenêt*, est le quartier historique de la ville. Le Mans est une ancienne « *ville rouge* », en raison de la couleur particulière de son enceinte gallo-romaine, en partie conservée, datant du *III^e siècle*.

En 2016, la ville comptait 142 991 habitants²⁰¹⁶, ce qui en fait la première ville de la Sarthe, la troisième ville des *Pays de la Loire* pour le nombre d'habitants *intra-muros* après *Nantes* et *Angers* et la *vingtième ville de France*. Avec 322 122 habitants, *l'espace urbain du Mans* est le 16^e français et le 3^e de la région.

La ville, labellisée *Ville d'art et d'histoire*, possède la *cathédrale Saint-Julien*, monument le plus visité des *Pays de la Loire* en 2009, et de nombreux monuments médiévaux, tels l'*hôtel dieu Coëffort* (*XII^e siècle*), l'*abbatiale de la Couture* ou le *palais des comtes du Maine*.

...bla, bla, bla,bla ...

Mais nous nous égarons, et revenons au taï jitsu. Nous sommes donc allés dans le grand Ouest (pas très sauvage ☺ ☺ ☺) pour pratiquer notre sport préféré allié à la désormais célèbre pratique du kyusho.

Le club du Roseau nous attendait de pied ferme au travers de son responsable sportif , Dominique LE BIHAN 5^{ème} Dan de Taï et 2nd de Kyusho (à droite) . Il avait pour l'occasion fait venir le référent technique National, Christian BISONI (au centre) récemment élevé au grade du 7^{ème} Dan en Taï Jitsu (une première en France, Félicitations à lui !!!) et Roland CHASSAN , président de Kyusho France, 6^{ème} Dan de Kyusho, karaté etc .

Bref que du très haut niveau :



Le samedi matin, après avoir aidé psychologiquement nos collègues Manceaux à disposer les tatamis , nous avons tous concouru à la création d'un film évènementiel sur l'Académie du Taï Jitsu et qui devait être projeté en avant première à Cannes au mois de Mai (???) :



Pour toi , ami lecteur, va sur youtube, tu en auras un sympathique petit aperçu...



Oh steph t'as vu Jean Louis ?

Ouais, je le vois bien Steph, par contre je ne comprends pas bien le concept du genou dans l'oreille ..

Je cherche Triple Réchauffeur 19

Ouais, ben là c'est plus tympan 1 !!!

Le samedi après midi s'est ensuite déroulé dans la douceur et la tendresse :



Bon d'accord, il ressemble à Sean Connery, mais quand même, vas y mollo, James, mello



Y en a pas une qui me résiste ...



Non la photo n'est pas truquée ni à l'envers ! En fait Sophie après que James Bond 007 lui ait sorti sa botte secrète, ne s'en est pas totalement remis....



Bon après cet interlude , il a quand même bien fallu manger , et comme on était dans l'Ouest, et bien quoi de mieux que manger traditionnel, une ... choucroute dans un énorme fût en bois ...(Vous voyez les enfants, il faut tout travailler ,même la géographie !)



Après une bonne nuit de repos (un peu courte quand même !), allez, il faut remettre ça :





Une bien belle réussite !!!

Pour rigoler un peu :



Belle proie, bon on va pas en faire une descente de lit quand même ...

Si elle continue, j'appelle James, et là , elle fera moins la maligne !!!



Toujours dans les bons coups, moi je mange avec les profs !!!



Siège avec vue, siège avec vue ... Tu parles, c'est de la publicité mensongère, je vois pas mon héros



MOULES FRITES
14 EME EDITION



EN PLEINE PREPARATION



QUE T ARRIVE T IL ROMAIN ELLE EST
CHAUDE LA FRITE ?



MERE ET FILS A LA FRITE A LA FRITE !!!!!
NOUS SOMMES PRETS ALORS MAEVA ET TOM ATTENDENT LE FEU VERT POUR
SERVIR NOS CHERS INVITES



AVEC NOTRE DANY TOUJOURS FIDELE AU POSTE





APRES UN SUPER REPAS NOUS AVONS BESOIN DE DIGERER ALORS



DEMO



GO C'EST PARTIT ATTENTION A LA DIGESTION ...





VOLE VOLE TOM..... FACILE !





COUPE DE LA CRAU

Le club de Tai Jitsu de Pierrelatte s'est rendu à Miramas afin de faire concourir ses jeunes espoirs lors de la coupe de la Crau le samedi 04 Mai. C'est avec 10 athlètes que la délégation de parents et de professeurs a donc investi le gymnase dans lequel étaient situés 3 tatamis.

Après 3 heures d'efforts, les jeunes ceintures blanches ont tristé les places de choix, ainsi Lou Margot termine sur la seconde marche du podium et dans la poule des plus grands, c'est avec succès qu'Adrien et Inaya occupent respectivement la seconde et première marche du podium.



Chez les ceintures orange, encore un tir groupé Pierrelattin avec Adam 4ème et, Lydia 1ère sur l'atelier techniques, alors que dans la catégorie Katas, c'est Loann 5eme et Louann 3ème.





Enfin, chez les grands, Chloé rafle une superbe 2nde place en katas.
Ayoub et Juliette, bien qu'aux places d'honneur, n'ont pas pour autant démérité.
Un grand bravo à eux tous qui ont fièrement représenté leur club et leur ville en terre provençale.





Avec le Tai-Jitsu Club de Pierrelatte



KYUSHO

L'ART DES POINTS



VITAEUX

STAGE DE DECOUVERTE ET DE PERFECTIONNEMENT

Avec Rémy CAILLERETZ 4^{ème} Dan



10€ le
stage Prévoir
un en-cas

Samedi 20 Avril 2019

De 10h à 13h et de 14h à 16h au Dojo de Pierrelatte
(À partir de 15 ans avec autorisation parentale)

Renseignements: 06 88 13 79 16 et

www.tai-jitsu-pierrelatte.com

<https://www.facebook.com/taijitsupierrelatte/>

Le club de Tai Jitsu de Pierrelatte organisait pour la 3ème fois un stage de Kyusho, l'art des points vitaux basé sur la Médecine Traditionnelle

Chinoise, animé par Rémy Cailleretz, 4ème Dan, et accompagné de 3 autres instructeurs. Un évènement ouvert à tous les clubs d'arts martiaux, aux personnes initiées ou non à cette pratique, puisqu'il s'agissait aussi bien d'une journée de découverte que de perfectionnement du Kyusho.

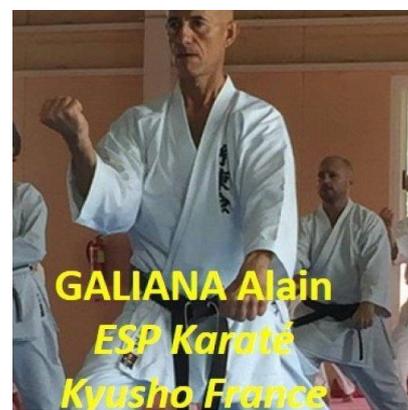
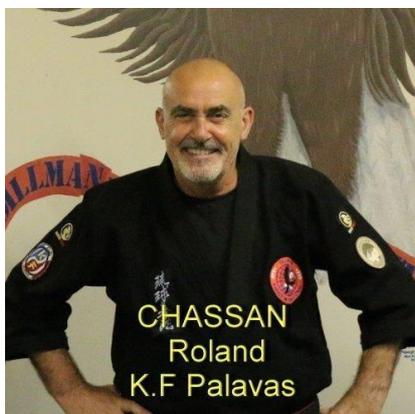


Une journée qui fut très bénéfique pour les pratiquants de Tai Jitsu de Pierrelatte et du Krav-Maga de Saint-Paul-3-Chateaux, durant laquelle ces derniers auront pu mettre en pratique le Kyusho dans plusieurs techniques de self-défense afin d'en renforcer l'efficacité. Un grand merci à Rémy et à son équipe pour leur enseignement.

Stage KYUSHO à PALAVAS le 11mai 2019

Formation module 1 du 1er dan Kyusho D.K.I

C'est sous le regard très professionnel de



Que Laurence, Sophie, Romain, Stéphan D, Stéphan B, Jean-Louis et Manu, accompagné de
Christian BISONI,



Ont participé au 1^{er} module pour l'obtention du 1^{er} DAN Kyusho D.K.I.

Même si la formation est quelque peu violente, celle-ci reste très conviviale et c'est avec une certaine impatience que nous attendons les 3 prochains modules que comporte la formation.

Un grand Merci aux formateurs et chapeaux aux participants !!!!!

LYDIE

C'est avec un petit pincement au cœur que j'écris cette page car même si tu ne seras restée que 2 années au bureau, cela fait bien longtemps que tu fréquentes le club !

Grace à tes 2 garçons qui auront pratiqué le Tai-jitsu en particulier Clément qui a débuté chez les babies !!

Puis Nathan une année plus récemment



Tu as également pratiqué le cardio-taï les samedis après-midi

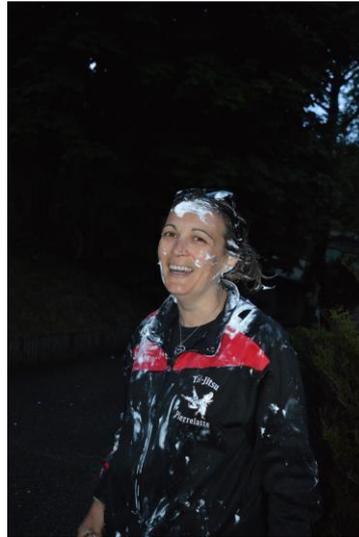


Depuis 2 années tu es rentrée au bureau et a apporté tes compétences et ta bonne humeur !!



Tu as su apporter ton soutien et être disponible puisqu'avec tes 3 hommes, Franck, Clément et

Nathan vous nous avez aidés à confectionner de magnifiques objets mis en vente au marché de Noël, toujours présente dans les manifestations telles que les compétitions, moules/frites, différents apéritifs organisés par le club. Je dois dire que dans ce domaine tu excelles !!(ah ahah)



Bon tu auras fait une tentative au Tai-jitsu !! Ce n'est pas ton TRUC !!!



Allez, je te souhaite bon vent (même si je sais qu'on va souvent se croiser !!) Ne change rien tu es une belle personne et l'ensemble du club se joint à moi pour t'embrasser très fort !!



Sophie

DEPART POUR VILLARD DE LANS



Alors les jeunes vous êtes prêts ?
C'est parti pour de nouvelle
aventure **KOH LANTAÏ**

L'encadrement au grand complet,
mais sont ils prêts car cette année, nos
Taï Jitsukas sont en forme.



Après 2 h30 de trajet, nous voici
arrivés dans un décor de carte
postale !



LA PETITE MAISON DANS LA PRAIRIE



Une petite photo de groupe pour bien démarrer le séjour et profiter de ce magnifique paysage...

..

Attention... prêt... c'est parti l'aventure Non-stop, attention au photograaaaaaaph



Votre mission : ramassage de bois pour le barbecue du soir

RAMASSAGE DU BOIS POUR LE BARBECUE



On a dit ramassage de bois !!!
Et bien, à cette allure, il est pas encore allumé le barbecue.

Sophie, on a dit ramassage de bois
et pas partie de cache-cache...



Ouf, une fois le bois ramassé, le barbecue peut démarrer, avec nos deux experts, sous l'œil vigilant de Béata

Le samedi soir

Le samedi en descendant du bus, première activité, nous l'appellerons l'activité Jean Louis : aller chercher du bois...

Bien qu'aguerrit aux méthodes de self défense que le Tai Jitsu nous apprend, le 1er groupe a bravé des vaches sauvages et ce, au péril de leur frêle existence.

Le second groupe, quant à lui, a ramassé environ 10 stères de bois (?) qu'il a ensuite acheminé dans le champ devant le gîte.

Le repas du soir terminé, nous décidons de faire un feu de camp pour y faire griller quelques chamallow bien mérités (miam miam !!!)





SAMEDI MATIN : LA TECHNIQUE

Après un bon petit déjeuner, on enfile les kimonos et en route pour 1h30 de sport !!

On débute avec Sophie pour une séance de cardio-taï, qui malheureusement se termine pour cause de pluie à l'intérieur.



Puis Jean-Louis nous montre différentes techniques de clés





Samedi après-midi : ballade

Après un repas copieux préparé par nos 2 cuistots, Anne et Stéphan, une accalmie nous a permis de partir découvrir la montagne environnante !!





Place aux "Zartistes"

Après la très belle randonnée en forêt, place à la partie artistique du week-end : la peinture sur bois ! Nos petits Tai-Jitsukas ont pu pour l'occasion dévoiler leurs talents d'artistes en peignant des morceaux de bois ramassés la veille et choisis par leurs soins.



Sous la direction attentive de Sophie, on prépare au préalable le bois avant de le peindre en retirant l'écorce grâce aux silex récupérés sur les chemins alentours.



Tout le monde s'investit à fond dans son travail.

Suite aux intempéries, délocalisation de nos artistes à l'intérieur



Noam nous dévoile ses talents de peintre



On s'applique chez les filles

Mohamed pas peu fier de son travail



Aidan est tellement investi qu'il en louche sur son oeuvre

LE LOTO : Tout le monde gagne !!



SOIREE DANSANTE



DIMANCHE MATIN : Cardio-taï avec Béata puis techniques de tai-jitsu avec Sophie



Application des techniques par groupes



LA TRADITION

LE STAGE NE SERA PAS AU TOP SANS NOTRE TRADITIONNELLE BATAILLE DE MOUSSE TANT ATTENDU PAR NOS TAI JITSUKA.









LES CUISINIERS

QUAND UN REPAS EST BIEN SERVI AUX CUISINIERS AUX CUISINIERS, QUAND UN REPAS EST BIEN SERVI AUX CUISINIERS ON DIT MERCI MER.....CI

Un énorme merci à nos 2 cuisiniers ANNE et Stéphane ils nous ont régalé pendant ces 3 jours.



1^{er} soir un super barbecue un régal pour tous.

Samedi soir



dimanche midi



dimanche soir



et en plus de nous faire les repas ils ont fait aussi les activités promenade tai ils sont forts nos cuisiniers **MERCI MERCI MERCI**

