

## **CONTACT\_1.02**

bulletin de liaison et d'information  
du shung do kwan budo



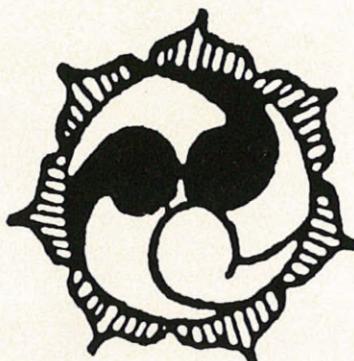


## shung do kwan budo

rue Liotard 66  
1203 Genève  
t+f 022 344 63 42  
sdk@swissonline.ch  
www.sdkbudo.ch

aikido  
iaido  
jodo  
judo  
ju-jitsu  
karatedo  
kendo  
kyudo  
shodo  
yoseikan budo

## ASSOCIATION SUISSE IOKAI SHIATSU



Cours de shiatsu familial / formation professionnelle Iokai Shiatsu  
Gennecey 10 – 1237 Avully – Renseignements: tél. 022 750 23 32 ou 022 756 02 35

**Début des cours: septembre 2002**

## Edito

大福之下  
必有天悟

En tant qu'ancien du club, je me permets de prendre la parole en cette fin d'année difficile (c'est le moins qu'on puisse dire).

Les événements de cet automne, outre-atlantique aussi bien qu'outre-Sarvine ont généré un sentiment d'insécurité, d'anxiété suffisamment tangible pour justifier ces quelques lignes. Et nous n'avons pas fini d'en mesurer les conséquences. Les deux raisons pour lesquelles je rappelle ces pénibles événements sont les suivantes. Une situation telle que celle que nous vivons tend à estomper le peu de repères qui nous restent. Toutefois, nous qui pratiquons une Voie martiale (sous une des huit à neuf formes que le SDK propose), avons une grande chance d'avoir d'autres repères, immuables ceux-là, qui ont traversé les siècles et des crises bien plus graves que celle-ci. Plus que jamais, nous devons chérir ces valeurs, et les protéger en continuant de les enseigner et de les pratiquer à travers nos arts respectifs.

La seconde raison est qu'en pareille période, il est plus facile de se laisser aller au découragement et à la morosité. Là encore, je fais appel à la philosophie orientale sous la forme de cette calligraphie sur laquelle je travaille en ce moment. La crise que nous vivons n'est pas terminée, mais déjà pas mal de doutes se sont insinués dans notre façon occidentale, ou capitaliste, de voir le monde. Et si nous n'avions pas tout à fait raison.

Si la théorie du « beaucoup avoir » ne devait pas venir après le « bien être » ? Puisqu'il y a globalisation, globalisons alors la solidarité et le respect de l'autre. Et si ces doutes, comme le dit le dicton, débouchent finalement sur une grande illumination ! c'est mon vœu le plus cher, et je vous remercie de l'avoir partagé avec moi.

**Taigui no shita, kanarazu ari daigo : derrière chaque grand doute se cache, assurément, une grande illumination.**

*Pascal Krieger*

### 2002\_1

responsable:

Marie-Claude Hefti

rédaction:

Patrizia Birchler, Mario Castello, Serge Dieci, Céline Erriquez, Sébastien Favez, Eric Fornasari, Laurent Jornod, Pascal Krieger, Pascal Monney, Juliane Robra, Joëlle Schmidli, Laurence Wiedmer

mise en page:

Marie-Claude Hefti

relecture:

Serge Dieci

expéditeur:

Secrétariat SDK

parution:

3 fois l'an

impression:

Imprimerie Pot – Grand-Lancy

## Kyudo



EKS 2001 à Paris.

De gauche à droite:  
Satake Mariko  
*sensei*, *hanshi 8e dan*,  
Nakatsuka  
Shoichiro *sensei*,  
*hanshi 8e dan*,  
Yamashita Mikazu  
*sensei*, *hanshi 8e dan*,  
Suzuki Misunari  
*sensei*, *hanshi 8e dan*.

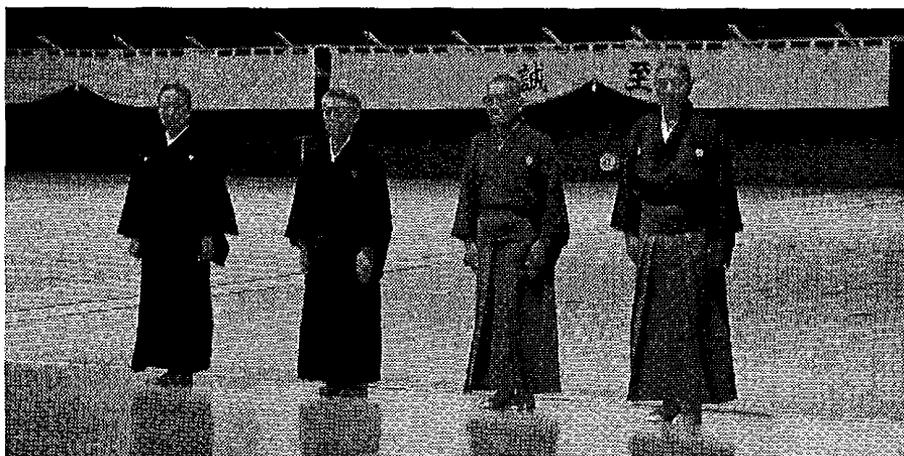
Voilà bientôt deux ans que nous avons «emménagé» dans notre nouveau *dojo* à l'école Le Corbusier et c'est toujours avec le même plaisir que nous venons nous entraîner dans cette belle salle. Que le SDK soit remercié de nous offrir la possibilité de pratiquer notre discipline préférée dans d'aussi bonnes conditions.

Comme chaque année, la section *kyudo* a organisé sept stages, se déroulant sur le week-end, animés par Erick. Ils continuent d'attirer des participants venant de la Lorraine, Grenoble, Lucerne et Clermont-Ferrand.

Quatre membres de la section ont pris part au séminaire européen de *kyudo* qui s'est tenu en juillet dans la région parisienne. Outre le grand privilège de pouvoir travailler sous la direction de *sensei*, tous *hanshi 8e dan* de *kyudo*, venus spécialement du Japon pour nous transmettre non seulement la technique de cet art, mais aussi l'esprit qui l'anime, ces séminaires représentent aussi l'occasion bien sympathique de revoir des pratiquants de *kyudo* de l'Europe entière. Deux participantes du Shung Do Kwan sont revenues avec respectivement un premier *dan* et un premier *kyu*. Nous félicitons chaleureusement Caroline et Carole!

La section *kyudo* s'est encore un peu étoffée cette année avec l'arrivée de trois nouveaux membres. Malheureusement nous devons déplorer le départ de deux de nos plus anciens pratiquants de *kyudo* partis passer leur retraite sous le ciel plus clément de Perpignan où ils ont d'ailleurs ouvert un nouveau *dojo* de *kyudo* déjà fréquenté par une petite équipe.

Laurence Wiedmer



Lorsqu'il y a quelques années en arrière j'ai mis pour la première fois de ma vie les pieds sur un *tatami*, je n'aurais jamais pensé, plus de 4 ans après, que je serais toujours là à pratiquer l'*aikido*. Les premiers cours d'initiations passés, me voilà envoyé au «charbon» dans un univers totalement inconnu, à pratiquer des mouvements plutôt destinés à me faire douter de mes réelles capacités motrices et cérébrales. Dire que tout petit j'avais découvert tout seul comment me tenir debout et utiliser mes jambes pour marcher, je me retrouvai en train d'apprendre à bouger, me déplacer! «Bouge!» «Fais un pas en avant!» «Réfléchis pas trop!» qu'ils disaient. «Attaque-moi!» Ah bon, j'dois t'attaquer?

Bref, je ne réalisai pas vraiment dans quoi je m'étais lancé. Au début je me disais, «Bon, une fois par semaine ça va bien aller, tranquille». Et puis non! Après quelques semaines de pratique, me voilà embarqué pour une deuxième séance hebdomadaire. Puis de plus en plus régulièrement. Paraît-il qu'ils font ça aussi le week-end! «Ah bon?» Premier stage avec Christian Tissier. «Impressionnant!». Au fil des mois, je commençai à découvrir une partie des innombrables techniques de cette discipline. De plus, le fait de pouvoir pratiquer avec des personnes jouissant d'une longue expérience en la matière et de pouvoir bénéficier d'un enseignement de qualité, n'ont fait qu'augmenter mon plaisir d'apprendre ainsi que mon envie d'en savoir plus sur le sujet.

## Aikido



Eric Fornasari

Le week-end des 8 et 9 décembre (nouveau sujet, on arrive enfin à quelque chose d'intéressant!), a eu lieu le traditionnel stage annuel de Gildo avec les passages de grades. La plupart des pratiquants réguliers de la section étaient présents, plus quelques personnes de Meyrin et du *dojo* des Eaux-Vives. Comme d'habitude, le samedi matin était consacré à des techniques de base afin que tous y trouvent leur bonheur. L'après-midi a continué sur la même lancée, avec une progression plus marquée quant aux différentes techniques. Le soir, nous nous sommes retrouvés une quarantaine de personnes pour une fondue bien méritée et arrosée de quelques thés citron... dans une ambiance style accordéon-pain-fromage. Certains se sont défoulés au football de table alors que d'autres ont fait valoir des qualités redoutables à la valse et au tango. A minuit tout le monde rentrait sagement chez soi, certainement à cause de l'heure matinale de la reprise du stage (9h30). Le dimanche en fin de matinée, nous étions 4 à passer un grade. La gent féminine était très bien représentée, totalisant un score de 3 élèves sur 4. Comme d'habitude, un silence de plomb a régné tout au long des examens que seuls les froissements légers et délicats des *judogi* s'ébattant allègrement sur le *tatami* ont réussi à briser (faut vraiment que j'aille me coucher!). Bravo et merci à toutes et à tous pour un super week-end.

# 柔術

## La section se déplace en stages

Le samedi 1er décembre, une dizaine de membres de notre section s'est rendue à un stage organisé par l'association genevoise de *ju-jitsu* se déroulant à l'école Bellavista de Meyrin. Cette journée a débuté à 8h45 par les formalités administratives. Au vu du nombre important de sportifs inscrits (environ 150), les organisateurs avaient séparé les participants dans deux salles. Un échauffement en commun nous a permis d'apprécier une forme de Taïbo, en rythme et en musique, nous avons accompli divers enchaînements de coups de pieds et de coups de poings.

Quelques quinze minutes plus tard les choses sérieuses débutaient; cinq professeurs (dont Patrick), tous très motivés, disposaient de 45 minutes chacun pour nous faire découvrir de nouvelles techniques de défenses. Nous avons donc approché le bâton, le couteau, le pistolet, le *goshindo* (enchaînement de technique rapide) et bien sûr la défense à mains nues.

L'organisation de la journée avait été orchestrée de main de maître, un repas de midi et des boissons étaient offerts aux sportifs, la qualité de l'enseignement et la disponibilité des professeurs sans faille.

En fin d'après-midi, le stage s'est terminé par le rangement du matériel et une douche bien méritée. Encore un petit verre, les adieux et les participants ont pris le chemin de leur chaumière, minois heureux et corps fatigué. Vivement l'année prochaine...? Une semaine plus tard, le dimanche 9 décembre, Patrick avait organisé son stage dans les mêmes locaux. La journée débutait aussi

## Le Noël du ju-jitsu en images





à 8h45 mais sur le *tatami* et ouïl tout était prévu, la prise en charge administrative des participants (40) par Carmen (la petite verte de la section), la buvette, tenue par Touria (ju-jitsu Meyrin), a été gentiment mise à notre disposition.

Durant les 4 heures de cours, nous avons accompli diverses saisies, projections et techniques de contrôle. Nous avons aussi admiré la dextérité du professeur quand il maniait le couteau (qui s'y frotte s'y pique!)

et pu nous-même en avoir une approche en effectuant de petits exercices d'aisance avec l'arme.

Vers 13h le stage s'est terminé et a été suivi par la traditionnelle verrée au bistrot du coin.

Grands remerciements à Roger Perrillard pour nous avoir prêté son *dojo*, ainsi qu'à Touria et Carmen pour leur disponibilité lors de cette journée.

Pascal Monney



## Judo

柔  
道

## Genève Joshi Team

Le dimanche 18 novembre, plusieurs filles du canton de Genève, neuf en tout, se sont levées tôt (8h00!) pour se rendre au Judo Club de Carouge où elles avaient rendez-vous.

Après avoir échangé quelques mots, elles mirent le training et l'écharpe parce qu'il faisait un froid de canard et attaquèrent une petite heure de condition physique. Elles sont donc parties de l'école des Pervenches, ont continué le long du bord de l'Arve et sont montées dans les bois de Pinchat pour finir sur le stade du même nom. Ouf les jambes! et... ce n'était pas encore fini!

En effet, suivèrent plusieurs sprints et d'autres exercices. Fatiguées, elles retournèrent, toujours au pas de course, au *dojo* des Pervenches, non sans faire un détour avec une jolie montée. Sans avoir craqué, elles se mirent ensuite à leur discipline favorite, le *judo*. Alors qu'elles s'entraînaient, leur trois coachs, Mario Castello,

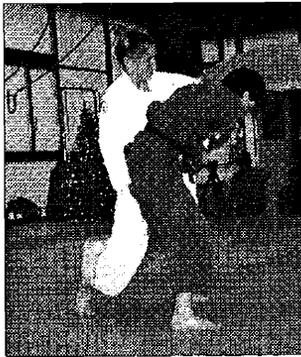
Nicolas Smatlik et Claude Olson, enthousiastes, n'arrêtèrent pas de les photographier. Mais pourquoi cela? Ces filles si motivées composent une nouvelle équipe féminine pour combattre aux championnats suisses par équipes. Le nom de cette équipe genevoise est «Genève Joshi Team» (*joshi* signifie filles en japonais). Ainsi elles ont eu leur premier entraînement en commun qui se termina par une spaghetti party.

Juvox



Il ne reste plus qu'à dire qui elles sont:

Sandy Maendly, SDK,  
Tomoé Castello, Tom, SDK,  
Charlotte Guarino, Charly Brown, JCC,  
Caroline Deladoe, Caro, JCC,  
Céline Erriquez, Cécé, SDK,  
Lolita Damniantiz, Lol, JCC,  
Juliane Robra, Cobra, SDK,  
Joëlle Schmidli, mon petit lapin, SDK  
et Régina Silva, Reg, JCC.

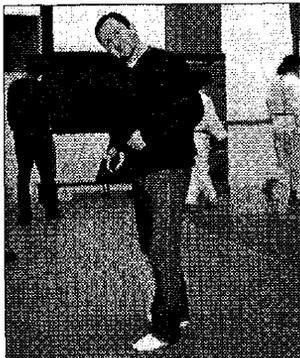


oh, que c'est lourd...



et hop, ça va partir, attachez vos ceintures, décollage immédiat !

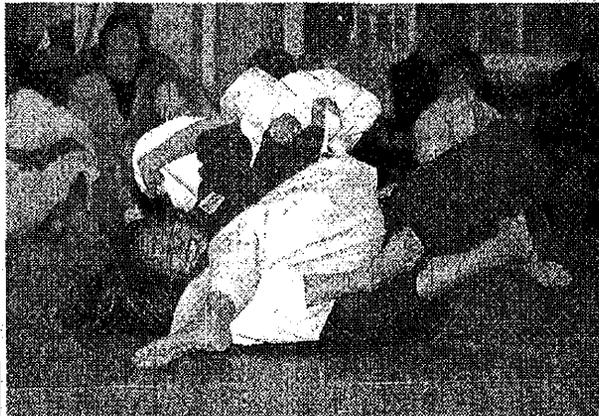
Mario n'a bientôt plus rien à faire, il va se mettre au golf...



## JUDO ■ CHAMPIONNAT SUISSE

# Lausannoises sur la pointe des pieds

Les filles du Judo Kwai se sont inclinées 8-2 devant les Genevoises.



La Lausannoise Meryl Nicoulaz grimace. Elle ne pourra éviter la défaite contre la Genevoise Joëlle Schmidli (en blanc). Moesching

Les Genevoises ont pris un départ de choix en championnat de Suisse par équipes. Au dojo de Mon-Repos, elles ont tour à tour battu Attalens et Lausanne, chaque fois sur le score sans appel de 8-2. Regina Silva (-52 kg), Joëlle Schmidli (-48 kg), Juliane Robin (-63 kg), Céline Eriquez (+63 kg) et Lolita Damianiz (-57 kg) ont ainsi frappé très fort. Les Lausannoises ne s'attendaient pas à une défaite aussi sévère. Il est vrai que les combats furent très disputés et que, du moins dans l'un ou l'autre cas, le verdict aurait tout aussi bien pu être inversé.

L'absence de Larissa Caluori, retenue dans le cadre national, a certes pesé dans la balance, mais la facile victoire (8-2) sur Attalens

a peut-être incité l'une ou l'autre Lausannoise à croire que ce serait bien plus facile. Toujours est-il que seule Karen Nicoulaz (+63 kg) a remporté ses deux combats. Victorieuses face à leurs rivales d'Attalens, Cynthia Monnard (-52 kg), Meryl Nicoulaz (-48 kg) et Réhane Zobrist (-63 kg) ont dû reconnaître la supériorité de leurs opposantes genevoises. Marine Jequier et Cindy Nicoulaz perdant, elles aussi, leur combat dans la catégorie de -57 kg.

Une victoire, une défaite, le bilan est mitigé pour les Lausannoises, qui ne désespèrent pas pour autant de parvenir à attracher leur qualification pour le tour final.

L. B.

# Tournoi national de Renens 2001

Lors du dernier tournoi national de Renens plusieurs valeureux combattants et combattantes du Shung Do Kwan se sont encore une fois illustrés. Il s'agit de Céline Erriquez qui remporte la victoire dans la catégorie des espoirs dames +63 kg et de Tomoé Castello qui s'impose également dans la catégorie des écolières -40 kg. Une distinction à Sandy Meandly qui termine au 5e rang de la catégorie écolières -48 kg et à Charles Goetschall qui termine également au pied du podium de sa catégorie. Bravo.

Mario Castello

## Championnats suisses individuels 2001

La Ville de La Chaux-de-Fonds accueillait, les 24 et 25 novembre derniers, l'élite du pays pour y disputer l'édition 2001 des championnats suisses individuels de *judo*. A cette occasion notre club était représenté par trois de combattantes de charme, à savoir Céline Erriquez, Joëlle Schmidli et Juliane Robra.

En espoirs +63 kg, Céline Erriquez continue sa progression et se hisse sur la 3e marche du podium, après un combat très disputé qu'elle remporte par *ippon* dans les dernières secondes, sur un magnifique *harai-goshi*. En juniors -52 kg, Joëlle se retrouve également sur le podium avec une médaille de bronze autour du cou. Son *tokui-waza* (*uchi-mata* pour ceux qui ne le connaissent pas encore) est toujours aussi efficace et ses adversaires en feront la cruelle expérience.

En juniors -63 kg, Juliane Robra se retrouve comme l'année dernière en finale

contre Yoko Shinomiya rentrant tout droit des championnats d'Europe 2001 où elle s'est classée au 5e rang, comme aux derniers championnats du monde juniors. L'écart qui sépare ces deux championnes s'amenuise de jour en jour. En effet, c'est Juliane qui se payera le luxe de marquer le premier avantage comptabilisé *yuko* sur *o-uchi-gari*. Dominée pendant la majeure partie du combat, Yoko Shinomiya réussira tout de même à marquer deux *uchi-mata* comptabilisés *waza-ari* et qui feront céder Juliane.

Bravo à toutes les trois pour la performance et l'excellent *judo* pratiqué.

Mario Castello



Les médaillées des championnats suisses avec super Mario.

# Championnats genevois

Samedi 10 et dimanche 11 novembre ont eu lieu les traditionnels championnats genevois au Bois des Frères. Comme ils se sont déroulés sur deux jours, la journée de samedi a commencé avec les espoirs. Tomoé Castello et Julien Perez étaient de la partie. Tomoé a dû combattre en -48 kg, car elle était la seule plume de -40 kg. Mais cela ne l'a pas empêchée de faire de superbes combats et de remporter le titre de championne genevoise. Quant à Julien, affaibli par son angine, a tout de même terminé 3e en espoir -50 kg. Ensuite ce fut au tour des juniors. La concurrence n'était pas au rendez-vous et Céline Erriquez survola sa catégorie de juniors dames +63 kg. Juliane Robra remporta aussi le titre de championne genevoise en junior dames -63 kg, puis les deux se rencontrèrent en Open dames où personne ne fut à la hauteur du Joshi Team. En effet, Cobra (cf article «joshi team»)

termina première, Reg deuxième et Céline troisième. «Mon petit lapin» n'a malheureusement pas pu combattre, dommage...

Chez les juniors hommes -73 kg, Cédric Perez s'est bien battu et s'en est sorti avec quelques écorchures tel un aventurier dans la jungle pour terminer sur une belle troisième place. Le tour fut ensuite aux élites

où une excellente leçon de *judo* nous fut donnée par Arata Nakajo. Par malchance, il s'est mis un autogoal en finale pour terminer sur une deuxième place malheureuse, mais bien méritée en élites -66 kg. Autrement, un exemple de «fighting spirit» fut démontré par Cape Kasahara superstar, qui remporta en quelques secondes la finale des vétérans par un *ippon* marqué sur *o-uchi-gari*.

BRAVO à tous les combattants du samedi et bonne nuit, car il était temps d'aller au lit quand la dernière médaille fut remise.

Dimanche matin, les plus jeunes passèrent avec succès la première épreuve: la pesée! Michael Cambria, présent pour la première fois, s'est bien battu dans la grande catégorie écoliers B -30 kg.

Ensuite, ce fut au tour de Cédric Dousse, Yoko Zanon, Sakura Nussbaum et Bruno Silva. Cédric, finalement réveillé, donna tout dans la forte

catégorie écoliers B -30 kg. Quant à Yoko et Sakura, elles ont combattu en écoliers B -26 kg. Ces petites plumes, bien décidées, ne se sont pas laissées impressionner et ont marqué de jolis *ippon*, alors qu'elles étaient dans une catégorie mixte. Bruno, qui lui était aussi dans cette catégorie et qui était très léger, a fait de remarquables combats pour sa première compéti-



**Joëlle, 3e des derniers championnats suisses 2001.**



**Juliane, vice-championne suisse 2001.**

tion. Quatre autres représentants du SDK, Giovanni Zanoni, Jules Leuba, Michel Robra et Kevin Dousse étaient inscrits en écoliers B -33 kg. Après avoir attendu patiemment, ils ont montrés ce qu'ils savaient faire. En effet, Jules et Michel ont atteint le tableau final. Tous ont réussi à passer au moins un joli *ippon*.

Finalement, après quelques heures de réflexion, les organisateurs ont commencé à faire des catégories non mixtes. Ainsi, Cécile, tout d'abord oubliée en écoliers B -33 kg, a su remporter une belle deuxième place en écolières B -33 kg. Après ce fut au tour de Mydia. Bien déterminée dès le départ, elle a brillé dans sa catégorie écolières B -36 kg pour décrocher cette médaille d'or tant convoitée. Ensuite, chez les garçons, Tiago Goncalves et Yann Righetti ont eux aussi tout donné dans leur catégorie écoliers B -36 kg. En écoliers B -40 kg, Diego Boix, Charles Gottschall et Gaspart Mouny se sont bien battus. Ainsi Charles

a enchaîné les combats pour finir sur une troisième marche du podium. Dans les écoliers, c'est Michaël Moser (-50 kg) qui a fini par combattre après avoir attendu assez longtemps.

Puis ce fut au tour des plus grands: les écoliers et écolières A. Tout d'abord Luc Larpin s'est battu en 40 kg et a gagné son premier combat. Dans la catégorie au-dessus, écoliers A -45 kg, Luca Travaini a lui aussi gagné son premier combat, mais malheureusement pas les suivants. Chez les écolières A, Tomoé Castello a pu combattre dans sa catégorie de poids, -40 kg. Après avoir enchaîné de magnifiques *ippon*, elle a terminé, comme samedi, championne genevoise. Sandy Maendly a également été redoutable dans sa catégorie, écolières A -44 kg. Elle a été sacrée championne genevoise après de superbes combats.

Merci de votre participation et encore BRAVO!

Juvax

## Tournoi International de Buchs

Le tournoi international de Buchs a eu lieu les 27 et 28 octobre 2001. Joëlle et Céline s'y sont rendues avec le J.C. Carouge, le Shung Do Kwan ne pouvant y aller. Après plusieurs heures de route, dans une ambiance détendue, elle découvrent ce petit bled! Un week-end plutôt réussi: en effet, Joëlle a remporté la première place des Juniors Dames -52 kg, après avoir magnifiquement gagné ses 4 combats! Quant à Céline, elle s'est classée 2e dans la catégorie des Espoirs Dames +63 kg, en éliminant 3 grandes rivales et en donnant le maximum lors de la finale qui l'a opposée à la championne Suisse de cette même catégorie. Et cette fois-ci, elles sont revenues non pas avec une médaille, mais avec un magnifique trophée en pierre... bien mérité d'ailleurs, vu le retard... ah, l'organisation!



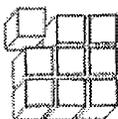
**Céline,  
3e des championnats  
suisse individuels  
2001**

Céline Erriquez

# Rencontre Interclub JC Grand-Saconnex

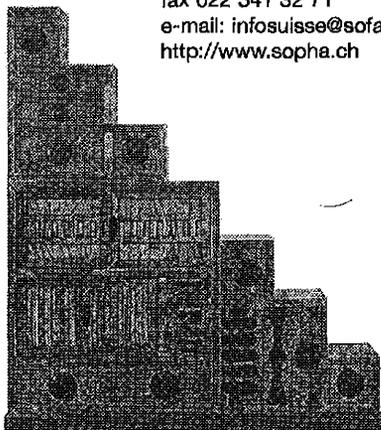
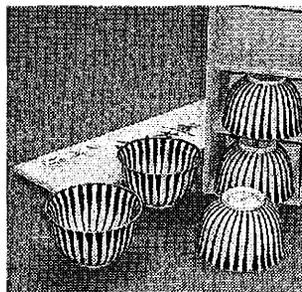


Quelques-uns des jeunes tigres et tigresses devant leurs trophées...



## sopha diffusion sa

28, route de Bois de Bay  
1242 Satigny  
tél. 022 341 32 53  
fax 022 341 32 71  
e-mail: [infosuisse@sofa.ch](mailto:infosuisse@sofa.ch)  
<http://www.sopha.ch>



Venez nous rendre visite!

Eric et Fred sont là pour vous accueillir.

**céramique • théières en fonte  
meubles japonais et chinois**

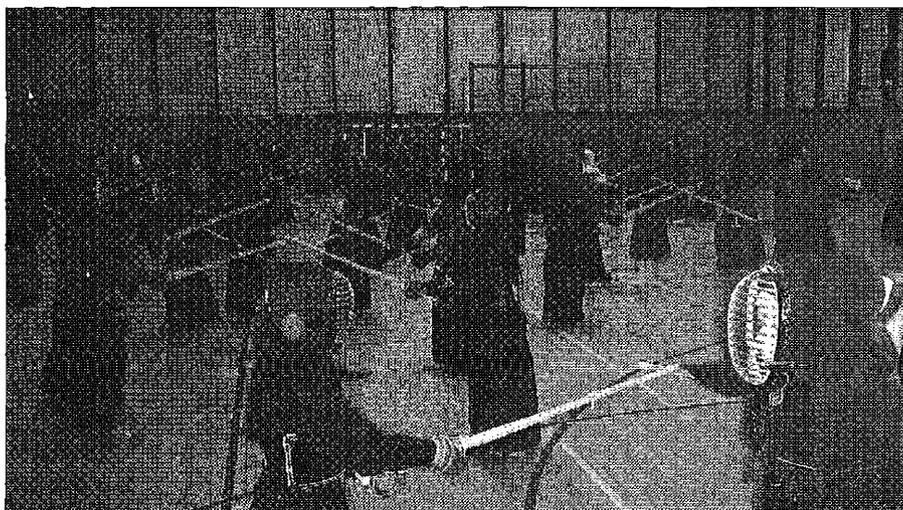
documentation sur demande

## Kendo

剣  
道

# Une fin d'année studieuse pour les kendoka genevois

Les *kendoka* genevois n'auront pas lésardé cette fin d'année 2001, en effet, deux événements auront ponctué cette période festive, à savoir le 10e séminaire hivernal européen de Bruxelles (10th European Winterseminar) dirigé par Irakawa Sensei (8e *dan*) qui s'est déroulé du 14 au 16 décembre et le stage de Macolin (28 et 29 décembre) conduit par Hirano Sensei (8e *dan*).



**Une chorale de *kendoistes* pour le plaisir des oreilles.**

De son côté, Bruno F. sillonnait les routes françaises, tandis que ses comparses Mel B., Chris G., Nic H. et Seb F. gravitaient entre ciel et terre. Toutefois, par une glaciale et belle fin d'après-midi wallonne, ils parvinrent à se retrouver sur la Grand-Place bruxelloise. Après de chaleureuses retrouvailles, Bruno F. conduisit ses complices à la forêt de Soigne. Ils y arrivèrent vers 19h. Aux alentours de 20h, ils commencèrent l'entraînement qui s'est achevé à 21h30. N. Eiga, l'actuel champion du monde et d'autres *sensei* (près de quinze!) japonais et européens étaient de la partie. Avec une telle brochette, on ne sait plus où donner de la tête.



### Chandelle et moules-frites...

Ensuite, dîner tardif en ville: moules, frites et bière. Retour au bercail. Dodo.

Lendemain matin: 9h en piste, puis, pause de midi. Et rebelotte, l'après-midi. Excellente journée de *kendo*, mais pour emmagasiner un enseignement de cette qualité, rien ne vaut un bon repas en ville, quelques (!) bonnes bières et quelques pas de danses bien sentis. Dodo, tard, très tard.

Réveil difficile pour les plus valeureux à 8h. Hibernation pour deux autres que, bien entendu, je ne citerai pas (c'est pas moi qui a dormi, c'est Nicolas!). Fin du stage à midi, adieux difficiles: Bruno F., Mel B., Nicolas H. et Chris G. se sont lancés sur les autoroutes belges, tandis que je restai seul à admirer les combattants de la Nakakura Cup 2001. Niveau très impressionnant (pour ceux/celles que cela intéresse, ils/elles peuvent consulter le site [www.bkr.be](http://www.bkr.be)). Voilà pour Bruxelles: en deux mot, excellent stage.

Après les coups de *shinai*, le coup de bars...





**Cette chaloureuse  
amitié...**

Quant à l'équipée macolinnaise, elle fut un peu différente: Mel B., Nicolas G., Chris G., Yannis J. et Seb.F. Les avis aussi divergèrent: certains estimaient ce stage plutôt ennuyeux, tandis que d'autres lui trouvaient quelque intérêt.

Le stage fut assisté par Ito Sensei de Berne et par une *sensei* italienne dont j'ignore le nom (eh oui, je sais, c'est pas terrible...). De nombreux Italiens étaient présents, quant aux Suisses ils provenaient principalement

de la partie alémanique, les Genevois et deux Lausannois exceptés.

Malgré tout, ce stage fut enrichissant. Mais bon, tout ne peut pas être l'équivalent du stage bruxellois, et c'est tant mieux, finalement.

En conclusion, je souhaiterai une bonne année à tous/toutes les lecteurs/trices de Contact au nom de la section *kendo* du Shung Do Kwan.

*Sébastien Favez*



**La délégation du  
SDK au complet.**

**Karatedo**

## Coupe Chidokai

空  
手  
道

Le samedi 28 octobre a eu lieu la dernière coupe Chidokai de l'année 2001, une coupe comprenant, comme d'habitude, de nombreuses catégories, afin de permettre à tous les pratiquants, dès le 6e kyu et quel que soit leur âge, d'y participer. Un grand bravo à nos médaillés, Fabrizio Marra (1ère place en équipe *kata* et 1ère place en *kumite* individuel messieurs «1er-3e kyu + dan») et François Notari (2e place *kumite* équipe). Et un encouragement à tous ceux qui comptent participer à la prochaine coupe Chidokai, en juin 2002 à Froideville, en rappelant à tous que ces coupes, comme tous les autres tournois, sont le prolongement de l'entraînement pratiqué au *dojo*.

## Passage de grade

Lors du voyage au Japon, les *karateka* qui ont accompagné Nakajima Sensei ont eu l'opportunité de passer l'examen japonais. On peut ainsi féliciter Cécile Notari pour l'obtention du 1er kyu et François Notari (2e dan), ainsi que Laurent Jormod (1er kyu) pour l'homologation de leur grade actuel auprès de la Fédération Japonaise de Karaté (JKF).

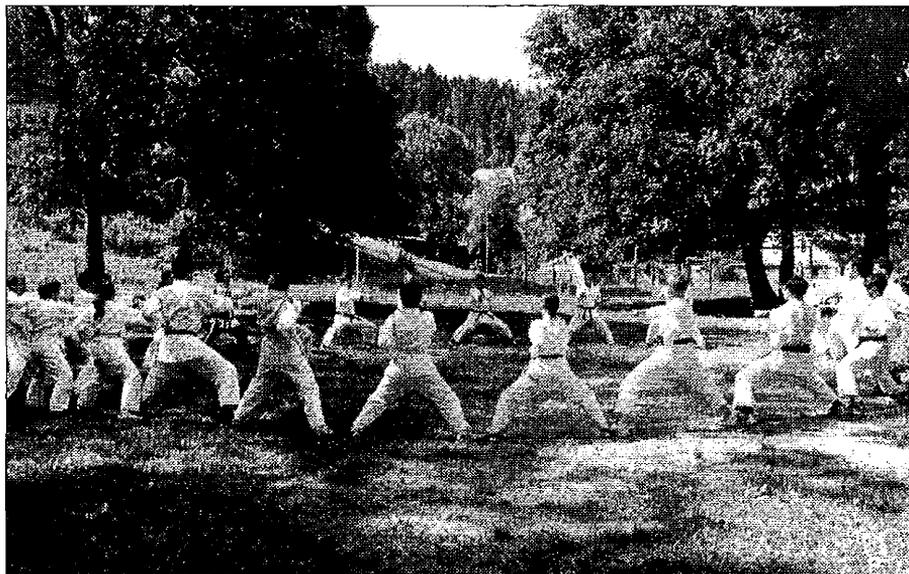
Patrizia Birchler Emery

# ALECTRICA S.A.

## Electricité Téléphone

Route de Colovrex 16  
1218 GRAND-SACONNEX  
Tél. 022 799 07 77 / Fax 022 788 38 08





*Kihon, kata et kumite sous la houlette de  
Nakajima sensei*

## 11 & 12 août 2001 Stage d'été à St-Cergue

C'est le week-end des 11 et 12 août que le Chidokai Suisse a organisé son traditionnel stage d'été, qui s'est déroulé cette année encore à St-Cergue. Pendant deux jours, ceux de nous qui avaient pu faire le déplacement se sont ainsi entraînés avec les autres *karateka* suisses pratiquant le style Chidokai, sous la houlette de notre professeur, Nakajima *sensei*. Les *kihon*, *kata* et *kumite* ont eu lieu aussi bien à l'extérieur qu'en salle, interrompus le samedi soir par une «spaghettata» concoctée par les mains les plus douces du Chidokai Suisse pour

le bien-être de tous, prélude à une soirée consacrée au visionnement des films tournés au Japon par ceux qui avaient participé au voyage organisé par Nakajima Sensei au mois de juillet (voir ci-après).

*Patrizia Birchler Emery*



**Spaghettata concoctée par les plus douces  
mains du Chidokai Suisse**

**Notre professeur Nakajima *sensei* bien entouré par les nombreux participants au stage**



# Voyage au Japon du 30 juin au 15 juillet 2001

Samedi 30 juin à 14h30, nous nous sommes retrouvés à Cointrin et démarrons notre périple japonais. Nous prenons l'avion pour Zürich, notre première escale, notre destination finale est l'Empire du Soleil levant. Nous arrivons à Tokyo après presque treize heures de vol et installons notre Q.G. non loin du centre ville.

Le lendemain matin après le petit déjeuner, nous partons à la conquête de la capitale (visite de différents parcs, temples Shinto, etc...). Le soir, finalement, nous faisons connaissance avec les membres japonais du Chidokai; après trois heures d'entraînement intensif, ils nous invitent à partager un succulent repas (japonais, bien entendu).

Mardi, après une petite visite de la ville, nous avons rendez-vous à 14h pour tous passer un examen J.F.K. (Japan Karate Federation), c'est la confirmation de notre

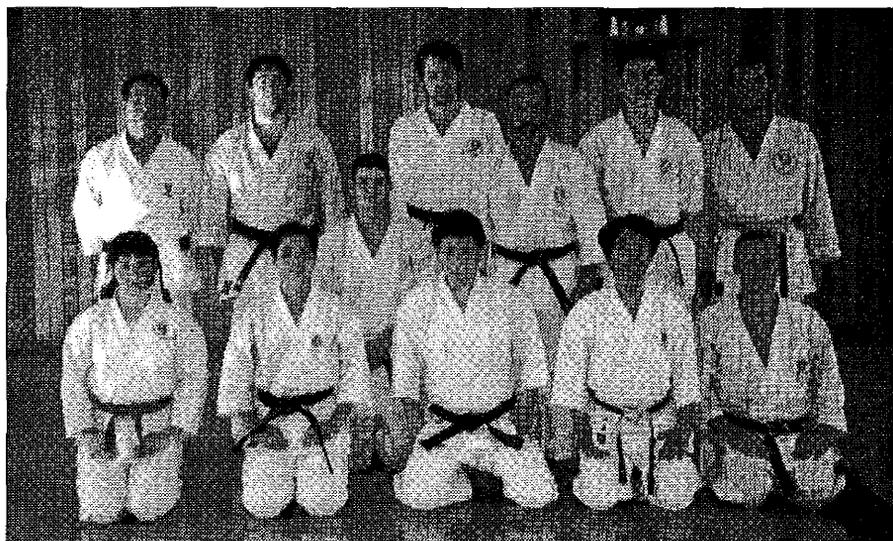
grade actuel et le passage du 1er *kyu* pour Cécile et Kinan, du 2e *dan* pour François, Hiroko, et Andrès, et du 4e *dan* pour Patrick.

Nous visitons aussi la tombe de Maître Sasaki, le fondateur de notre style, puis celle du père du *karate* moderne (style *shotokan*) Funakoshi Sensei.

Le dernier jour à Tokyo, après la visite d'un *dojo* (*judo*, *aikido*, *kendo*, *kyudo*), nous sommes invités par un ami d'étude de notre sensei, Maître Nakajima, pour un délicieux repas.

Le quatrième jour, nous partons pour un long voyage en direction de l'ancienne cité impériale Kyoto que l'on nomme aussi la ville des Temples, nous avons pris beaucoup de plaisir à la visiter.





Nous découvrons aussi Mie, petite ville non loin de Kyoto où se trouve le musée Ninja et un château datant du XVI<sup>e</sup> siècle de notre ère.

Comme prévu, nous descendons dans le sud en direction d'Okinawa, berceau du *karate-do*, où nous passons quatre jours sur une petite île; voici notre programme: entraînement à 7h du matin (pendant 1h environ), ensuite plage, masque tuba, et l'après-midi visite de l'île (avec quelques bons coups de soleil, pour moi en particulier). Le soir, nous nous préparons à une séance de relaxation et de respiration, et plus tard dans la nuit, après le repas, de mémorables séances de *karaoke*. Le dernier jour, nous visitons le château de Shuri. Finalement, nous repartons à Tokyo pour les quatre derniers jours de notre aventure où nous avons l'occasion de visiter le musée du *katana* (sabre japonais), le palais impérial avec ses superbes jardins, dif-

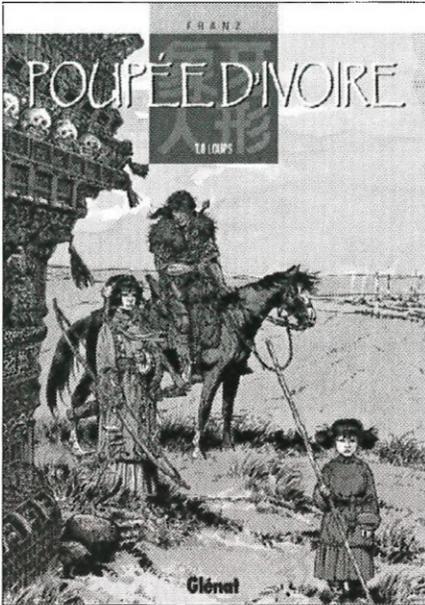
férents temples et pagodes, ainsi que le marché du poisson (impressionnant!). Nous avons aussi le privilège d'être invités dans le bureau de la J.F.K., puis à la maison Tokaido (fabrique de *karatedogi*).

Le dernier week-end a lieu le championnat du monde féminin (Lady's Cup) que certains de mes compères ont la chance de découvrir.

Enfin, après avoir fait nos bagages et acheté quelques derniers souvenirs, cadeaux... Nous nous sommes retrouvés dans l'avion, direction l'Helvétie.

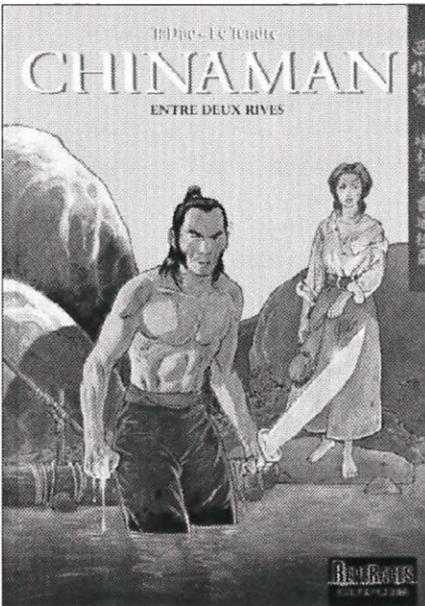
Ce voyage fut un excellent souvenir tant par la bonne ambiance régnant dans notre groupe, les personnes que nous avons rencontrées, que par toutes les merveilles historiques, culturelles et évidemment la pratique de notre Art!

Laurent Jornod



**Loups,  
de la série *Poupée d'ivoire*  
par Franz  
(Glénat 2001).**

Tome huit: les aventures de Yu-Lien, la Chinoise, et Timok, le fils d'un Khan des steppes, se poursuivent. Au gré de la progression des héros dans l'empire des T'ang et les steppes sauvages, ce couple retrouvera-t-il sa fille? Trouveront-ils des alliés? Qu'en sera-t-il des territoires que les demi-frères de Timok se sont appropriés?... Dans un monde où raffinement et sauvagerie se côtoient, Franz ne néglige pas l'humour qui permet de prendre un peu de distance avec une certaine barbarie.



**Entre deux rives,  
de la série *Chinaman*  
par TaDuc et Le Tendre  
(Reperages Dupuis 2001).**

Dans ce cinquième tome, l'esprit chevaleresque de John Chinaman le confrontera à la sauvagerie de l'Ouest américain de la fin du XIXe siècle, où les plus sauvages ne sont pas nécessairement les indiens... Il pourra également trouver de la douceur dans ce monde de brutes... Entre les préjugés, le danger et l'amour, Chinaman saura utiliser autant sa tête que ses redoutables aptitudes martiales pour rester en vie. Subterfuges et rebondissements nous tiennent en haleine le long d'une rivière sans retour... entre deux rives.

# Haefliger

RESTAURANT  
GLACIER

27, rue Lamartine  
1203 Genève

Tél: 022 345 30 90  
022 345 32 78



# VITRERIE D'ONEX

- Vitrierie
- Miroiterie
- Sotres
- Encadrement

*G. Ricci & Fils*

24/24h Urgences

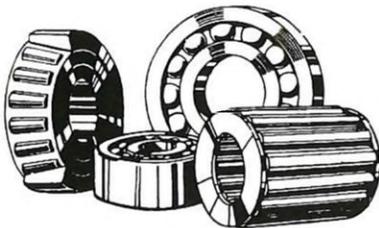
36, av. du Gros Chêne  
1213 Onex

022 792 44 92



# ERIC MEYLAN S/A

spécialiste tous  
roulements



6, ch. des Carpières  
1219 Le Lignon  
Tél. 022 797 53 00  
Fax 022 797 58 25



## IMPRIMERIE POT

78, av. des Communes-Réunies  
1212 Grand-Lancy - Tél. 794.36.77

**"Le Livre à la Carte"**  
Spécialiste de l'impression de  
livres en petites quantités

Equipements pour les arts martiaux



Le Japon  
à votre porte !

36, rue Ancienne - 1227 Carouge  
022 343 73 81