

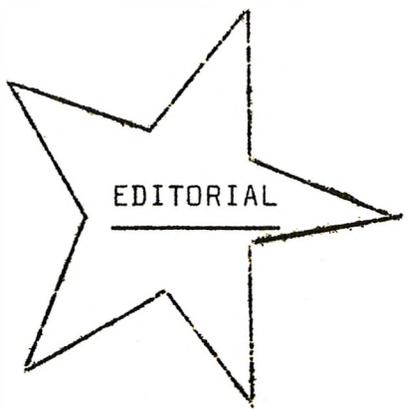
Organe du Shung Do Kwan
5, rue Liotard
Tél. 44.63.42

DECEMBRE 1968

Prix : Fr. 1.--

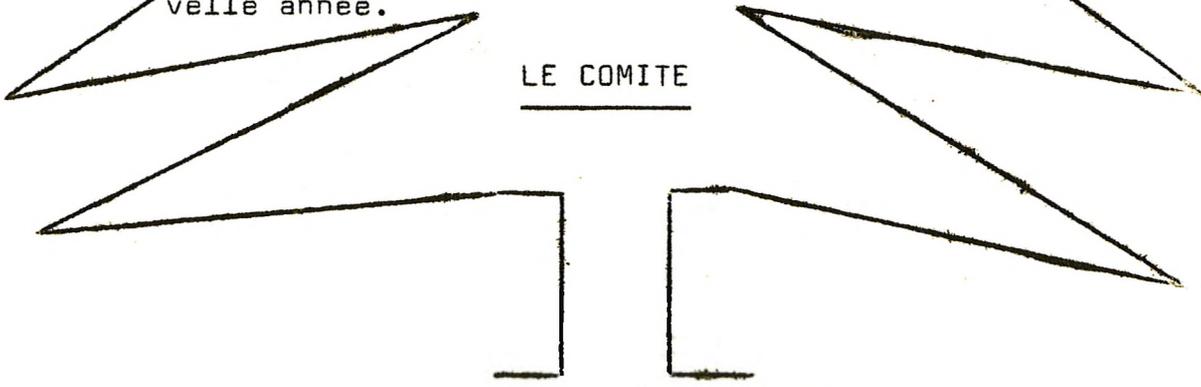
No 5

Tirage : 210 exemplaires / De 1 à 10 à l'usage du Comité.



Cet éditorial est le dernier de l'année, il sera bref, tant il est vrai qu'il vaut mieux terminer en douceur. L'année qui s'est écoulée a vu prendre le départ de nombreuses idées et initiatives. Nous ne pouvons que souhaiter que l'année neuf nous apporte encore beaucoup de nouveautés et de transformations, mais surtout des bras et des têtes capables non seulement d'énoncer mais de venir à bout de chaque projet. A tous nos lecteurs, nous souhaitons d'excellentes fêtes et une heureuse nouvelle année.

LE COMITE



G. Mouron

Notre équipe A a perdu contre le Judo Club de Lausanne par 15 à 9
Voici le détail de la rencontre :

<u>Judo Club Lausanne</u>		<u>Shung Do Kwan</u>	<u>équipe A</u>
Christen	fait match nul	avec	Ochsner Charles
Ruchti	fait match nul	avec	Gouvernet J.
<u>Trippi</u>	gagne contre	Holzmann	par Wazaari
<u>Aubert</u>	gagne contre	Bachelard	par ippon
<u>Burnier</u>	gagne contre	Saillot	par décision
Juvet	fait match nul	avec	Gfeller
Ruchti	perd contre	<u>Ochsner</u> Charles	par ippon
Christen	fait match nul	avec	Gouvernet J.
<u>Aubert</u>	gagne contre	Holzmann	par Waazari
<u>Trippi</u>	gagne contre	Bachelard	par ippon
Juvet	perd contre	<u>Saillot</u>	par ippon
Burnier	fait match nul	avec	Gfeller

A retenir : les victoires de Sallot et Ochsner, les 2 matchs nuls obtenus par Gfeller et Gouvernet.

Notre équipe B a perdu contre le Budokan Lausanne.
Voici le détail de la rencontre :

<u>Shung Do Kwan B</u>		<u>Budokan Lausanne</u>
Casenove 1er Kyu	perd contre	<u>Pellet</u> 2ème Dan par décision
<u>Papazian</u> 2ème kyu	gagne contre	Maury 1er kyu par avantage
Grillet 1er kyu	perd contre	<u>Riva</u> 2ème Dan par avantage
Steiner 1er kyu	fait match nul	avec Mauroux 1er Dan
Willen 1er kyu	perd contre	<u>Gras</u> 1er Dan par ippon
Chevalley 3me kyu	perd contre	<u>Tschanz</u> 1er Dan par ippon
Papazian 2ème kyu	perd contre	<u>Pellet</u> 2me Dan par ippon
Casenove 1er kyu	fait match nul	avec Recordon 1 kyu
Kägi 3ème kyu	perd contre	<u>Riva</u> 2ème Dan par ippon
<u>Grillet</u>	gagne contre	Mauroux 1er Dan par avantage
Chevalley 3me kyu	perd contre	<u>Gras</u> 1er Dan par ippon
Miche 3ème kyu	perd contre	<u>Tschanz</u> 1er Dan par ippon

A retenir : l'heureuse victoire de Grillet ainsi que celle de Papazian.
2 matchs nuls obtenus par Steiner et Casenove.

Notons toutefois la différence de grade des équipes !!!

JUDO DAMES - JUDO DAMES

Résultats des examens :

Ont obtenus le <u>5ème Kyu</u> :	Mesdames ou Mesdemoiselles	BUHLER
		GRAF
		STEFFEN
<u>4ème Kyu</u>	" "	CLERC
		MARCHAND
<u>2ème Kyu</u>	" "	HAY
<u>1er Kyu</u>	" "	RACORDON
		SCHUWEY

Bravo et félicitations à toutes.

CHAMPIONNATS INTERNES DU SHUNG DO KWAN - 1968 - RESULTATS

catégorie :	<u>PREMIER</u>	<u>DEUXIEME</u>	<u>TROISIEME</u>
<u>JUDO - HOMMES</u>			
A) ESPOIRS (jusqu'à 18 ans) (moins de 70 kg)	OCHSNER Ch.	OCHSNER P.	PAPAZIAN C.
B) LEGERS (jusqu'à 63 kg)	OCHSNER P.	CASENOVE F.	PAPAZIAN C.
C) WELTERS (jusqu'à 70 kg)	OCHSNER Ch.	MEFTAH B.A.	KRIEGER P.
D) MOYENS (jusqu'à 80 kg)	SALLOT Y.	GRILLET JC.	HOLZMANN L.
E) MI-LOURDS(jusqu'à 93 kg)	GFELLER JC	MEFTAH B.	MAEDER
F) <u>OPEN</u>	OCHSNER Ch.	SALLOT Y.	GFELLER JC.

JUNIORS

A) 6ème kyu(7 à 9 ans) (10 à 12 ans) (13 à 15 ans)	MORET GUSTAVO TLIVAZ	JACQUERIOZ PASCAUD BUHLER	VILLAGNOVAZ ROSSELET ROCH
B) 5ème kyu(7 à 11 ans)	MASSON	COPPET	BERRA
C) 4ème kyu(12 à 15 ans)	BEUCHAT	LOOSLY	TANNER
D) OPEN	LANDER	TURNER	BUHLER

JUDO - DAMES

Mlle CLERC Mme RACORDON Mme HAY

AIKIDO

Mme SCHUWEY MAAG Mlle CHEN

KARATE

NUSSBAUMER JC BENVENISTE BURGAT

Nous profitons de signaler à nos lecteurs les résultats des examens d'AIKIDO qui ont eu lieu le 27 novembre 1968.

Ont obtenu le 5ème kyu d'Aikido : Messieurs CARRERA
SCHNEIDER
BRANDT
MAAG
FERLISI

4ème kyu " DI RAIMONDO
Mlle CHEN
GIACOBINO
MILLERET
KURSNER
MASMEJAN

1er kyu

1er Dan (ceinture noire Aikido) Monsieur TRUHAN Robert
Madame SCHUWEY Ines

EXAMENS DE KARATE

Ont obtenu le 7ème kyu : Messieurs KREITMANN
EGGER
GERHARD

6ème kyu " REGAT
HALLER
BURGAT

Ont obtenu le 5ème kyu : Messieurs BUGNOD
ECKERT
BERNARD

4ème Kyu : " CATTIN
GIACOBINO
ZACCARIOTTO
REY

3ème Kyu " STAMPFLI Fr.
STEINER G.

2ème Kyu " PAPAZIAN
MICHE

Nous voulons relever tout spécialement les examens de ceinture noire d'Aikido réussis par Monsieur Robert Truhan et Madame Schuwey.

Le premier est entré dans notre club le 12 juin 1961, il pratiqua le judo et obtint la ceinture verte, puis le karaté et enfin l'AIKIDO branche dans laquelle il vient d'obtenir la maîtrise; nous le félicitons vivement et souhaitons qu'il continue à se perfectionner et à faire bénéficier les aikidokas de son expérience.

Madame Schuwey a débuté dans notre club le 27 mars 1962.

Elle pratique le judo avec les dames et vient de passer son examen de ceinture marron. En AIKIDO elle vient donc de réussir également son examen de ceinture noire et c'est dire que pour arriver à ce résultat, nous la voyons très souvent sur le tapis. Nous félicitons vivement Madame Schuwey pour ce résultat et espérons pouvoir longtemps encore obtenir ses conseils et bénéficier de sa gentillesse.

Communication de la section de KARATE

A l'attention des KARATEKAS du Shung Do Kwan :

Une petite caisse a été constituée au sein de la section de KARATE. Elle a pour but de nous permettre de recevoir des membres de certains clubs étrangers, de nous déplacer lors d'éventuelles rencontres d'étude avec ces membres ainsi qu'en périodes de stages.

Tous les membres de la section de Karaté du SDK sont invités à participer à la prospérité des fonds actuels en versant, pendant 6 mois seulement la modique somme de Fr. 5.-- par mois
Ces apports sont à remettre à René Benveniste qui tient la comptabilité de la caisse. D'autres détails vous seront donnés dans le prochain numéro.

Nous vous remercions d'avance de votre collaboration. MERCI.

F. FISCHER

R. BENVENISTE

BIBLIOTHEQUE Nous prions M. SCHINDLER qui avait bien voulu accepter cette charge de prendre contact avec le Comité pour nous aider à remanier nos collections de livres.

INSCRIPTIONS Le record d'inscriptions du mois de septembre a été battu 2 fois déjà, en OCTOBRE avec 75 candidatures et en novembre avec une quarantaine.
Nous souhaitons la bienvenue à tous ces nouveaux.

Règlement :

Peuvent participer à ce concours tous les lecteurs du journal et autant de fois qu'ils le veulent.
 Les réponses ne sont valables que sur le formulaire du journal.
 Un classement d'étape sera établi dès la parution du journal suivant.
 Le concours comportera 5 étapes. Les derniers délais pour l'envoi des réponses seront fixés lors du dernier questionnaire.
 On peut donc envoyer toutes les réponses par exemples seulement avec le dernier questionnaire mais on ne pourra évidemment plus participer aux concours d'étape sauf pour la dernière série.
 Il y aura une question supplémentaire à chaque série pour départager les gagnants. Cette réponse ne sera valable que pour la dite série.
 Un classement paraîtra après chaque étape.
 Les litiges seront tranchés sans recours par Maître CHRISTIN huissier judiciaire.

_____ à détacher ==	_____ à détacher _____
<u>PREMIERE ETAPE - QUESTIONS :</u>	<u>REPONSES</u>
1) Que s'est-il passé de nouveau en Europe cette année dans les arts martiaux japonais ?	_____
2) Une idée de Basho ?	_____
3) A qui téléphoner pour une bonne cuisine ?	<u>MURAKAMI A Yamino</u>
4) Que manque-t-il à ce nom "CHING GEN"?	<u>Phu</u>
5) Qui est le père du Judo actuel ?	_____
6) Que veut dire "Kyujutsu" ?	<u>Hirô J. Ito</u>
7) Qui fut 2ème au championnat de Salt Lake City ?	<u>Gishu</u>
8) Comment peut-on appeler le Karaté d'antan ?	<u>Itosu ou Aigo-ATE</u>
9) Peut-on attaquer en Aikido ?	<u>non</u>
10) En quelle année fut créé notre club ?	<u>1947</u>
11) Attention cette question ne compte que pour départager les gagnants de cette étape ! Combien de "L" dans le titre du journal No 4 ?	<u>1</u>

Veuillez donner vos réponses en lettres scriptes et de façon claire pour faciliter les corrections.

Nous vous avisons que toutes les réponses peuvent être trouvées en relisant attentivement les journaux "LE TATAMI" précédents.

CONCOURS DU JOURNAL LE TATAMI

Les réponses seront rendues soit au secrétariat, soit remises dans la boîte aux lettres du club ou dans la boîte aux lettres du journal, installée au dojo.

Les participants inscriront leur nom et prénom ainsi que leur adresse sur l'enveloppe.

PRIX DE LA PREMIERE ETAPE : Un panier contenant Fr. 35.-- d'articles d'épicerie ou un bon d'achat dans un magasin de disques d'une valeur de Fr. 30.--

BONNE CHANCE A TOUS

DEPART Monsieur KRIEGER Pascal, nous quitte en fin d'année pour un stage au Japon, nous lui souhaitons un excellent voyage et un séjour agréable au pays du soleil levant.

LA VIE A DIX par Robert Bachelard (Troisième épisode de notre feuilleton)

Cet aspect du travail de notre responsable dojo, je l'ai souligné pour montrer la polyvalence des membres de votre comité. Les fonctions multiples ont néanmoins une fin et c'est pourquoi tout comme les 3 mousquetaires du Roi votre comité n'est pas constitué que de 10 membres mais de 11. En effet, je n'ai pu vous citer dans la liste officielle un membre à part entière qui n'a pas de poste afférent à la gérance du club; cependant, notre ami Antoine MANNINO fait partie de ce comité et outre les traductions de sa langue natale en français, il est nanti de diverses charges qui peuvent paraître inutiles et qui sont pourtant très importantes. On peut dire que c'est l'homme de confiance. Ainsi, mis à part ses charges de responsable-adjoint pour les combattants et la machine à boissons, notre ami s'est occupé dans une large mesure du transport des tatamis Lausanne-Genève. Il s'occupe de décharger ainsi les titulaires de charges fixes des suppléments qu'ils ne pourraient absorber au cours de l'année. Très souvent le comité est surpris d'entendre la voix d'Antoine qui se met à disposition au moment le plus inattendu et qui enlève de ce fait une épine à un pied. Nous avons donc pris conscience que ce comité est capable de faire beaucoup et ce parce que ses membres aiment leur club et les Arts martiaux et font abstraction de leur propre personnalité.

Et si cet état d'esprit a pu éclore au sein de 11 personnes totalement différentes, c'est dû à notre PRESIDENT. Car au fond de nous-même nous savons très bien qu'il ne pratique pas le culte de la personnalité comme "certains" des précédents qui de par leur fonction se croyaient au pinacle du succès et s'étaient placés sur un plan qui n'existait que dans leur esprit.

Mais ce passé ne nous intéresse pas, ce qui intéresse très certainement tout le comité et tous les actifs du club, c'est l'avenir.

Aller de l'avant impose une contreverse frappante. Il faut rénover ou inover donc rejeter au besoin des vieilles habitudes et il faut une stabilité, une organisation, une structure stable.

Du fait des recherches et des contacts entrepris depuis plus d'une année et demi, des espoirs se font jour. Mais votre comité, en place dans sa forme actuelle depuis plus de 4 ans n'est pas un étourdi qui se lance à corps perdu dans une entreprise inefficace.

(à suivre)

Mettez vite vos cotisations à jour et vous commencerez l'année avec le sourire d'un membre sans dette de club.

La trésorerie.

DERNIERE MINUTE

Nous venons de recevoir la nouvelle liste des combattants du club et nous nous empressons de vous la communiquer :

EQUIPE A :

EQUIPE B :

GOUVERNET Jimmy 3ème Dan
 OCHSNER Charles 1er Dan
 DOUGOUD Roland 1er Kyu
 GENEQUAND Eric 1er Dan
 SALLOT Yves 2ème Dan
 GFELLER J.Cl. 1er Dan
 MEFTAH Ben Am. 2ème Dan
 ODIN J.Cl. 1er Kyu
 BACHELARD Rob. 1er Kyu
 HOLZMANN Laur. 1er Kyu
 OCHSNER Pierre 1er kyu (nouveau)
 * CASENOVE Fr. 1er Kyu (nouveau)
 * GRILLET J.J. 1er Kyu (nouveau)
 DAVANTURE 1er Kyu (nouveau)

PAPAZIAN C.
 STEINER P.
 DALBIGNAT S.
 CHEVALLEY P.
 GALLAND R,
 WILLEN JC.
 DJELIVUK M.
 GRANDVAUX R.
 PIRELLI C.
 MICHE G.
 CHRISTIN J. BRAN JP.
 MARTIN M. ORLANDO S.
 MANNINO A. SCHAEREN H.
 PALMERI G. MALIMBA (nouveau)

*membres de l'équipe B jusqu'alors.

L'AIKIDO (par un membre de la section Aikido du S.D.K.)

L'Aïkido est sans doute, des principales techniques de combat japonais, la moins connue. Son origine remonte au 12ème siècle. Maître Ueshiba, en 1916 créa une école au Japon, mais l'Aïkido resta longtemps encore le privilège d'une élite militaire. Ce n'est qu'en 1951 qu'il fut introduit en Europe. L'Aïkido est une technique de défense. Il faut se garder de la confondre avec le Judo, le karaté ou le jiu-jitsu. La base commune est la souplesse. Le jiu-jitsu, beaucoup plus ancien, est un mélange d'Aïkido actuel, de karaté et de judo, avec prédominance d'atémis. Le judo recourt à des techniques de projection et de contrôle. Il peut être employé pour la self-défense, mais par ses règlements, il reste un sport. Le karaté utilise différentes parades, mais il est davantage une technique d'attaque.

Pour pratiquer l'Aïkido, on revêt un kimono appelé plus exactement "keikogi". Les ceintures noires enfilent le "hakama", sorte de pantalon-jupe très ample, porté jadis par les samouraï (membres de la noblesse militaire). Il sert à dissimuler les déplacements des pieds pendant les mouvements. Dans un combat, la technique de l'Aïkido se décompose en deux temps : l'aïkidoka, face à son agresseur, esquive le coup qu'il lui porte, puis riposte. S'il est bien entraîné, il doit prévoir la nature de l'attaque et amorcer sa technique de défense au moment où son adversaire engage le combat. Son agresseur peut l'attaquer de deux façons : lui porter un atémi (coup de pied, de coude, de poing, de couteau ou de bâton) ou l'immobiliser par derrière en l'étranglant, en le serrant à bras-le-corps, ou en lui saisissant les poignets. Sitôt attaqué, l'aïkidoka pare le coup avec ses mains et se dérobe en opérant un pivot du corps. S'il est immobilisé, il donne un atémi pour briser la résistance de son adversaire et il se dégage. Dès qu'il est libre, ou qu'il a esquivé le coup, il peut suivant les cas donner un autre atémi pour neutraliser son agresseur. Et aussitôt après il passe à la riposte. Il immobilise son adversaire par une clef de bras ou par une strangulation, ou il l'envoie au tapis. Il le force à rouler en lui tordant le poignet ou en lui bloquant le bras.

Une fois sur le tapis, l'agresseur est encore à la merci de l'aïki-doka qui peut lui casser le bras ou lui luxer par d'habiles clefs aux articulations.

L'Aikido atteint sa pleine efficacité lorsqu'il est exécuté avec rapidité et exactitude, car chaque détail est primordial, Il offre une grande diversité de ripostes. Il développe chez le pratiquant les réflexes et une parfaite maîtrise de soi. La pratique de l'aikido ne demande pas une force physique exceptionnelle. Bien des femmes, sensibles à sa grâce et à son élégance, s'initient à l'Aikido. L'aikido exige beaucoup de patience et de persévérance. Et ce n'est qu'en progressant que nous découvrons l'aikido sous ses multiples formes, toutes plus passionnantes les unes les autres. Une ceinture bleue, qui semble l'avoir compris, affirmait : "Ce que nous faisons jusqu'à la ceinture noire n'est que l'ABC de l'aikido. Le vrai aikido ne commence qu'après." !

G. Giacobino

LE RESTAURANT

A U C O L B E R T

12, rue de Fribourg
Tél. 32.77.65

Petite restauration et mets de brasserie dès Fr.2.80

Les spécialités du Patron et surtout LE REQUIN !

H. Koch, chef de cuisine.
