

LIMOGES: STAGE FEDERAL D'AÏKIDO à l'ASPTT

Pour la deuxième saison consécutive, Jean-Pierre PIGEAU 6^{ème} Dan Chargé d'Enseignement National FFAB s'en est venu de Paris faire partager aux Aïkidokas limousins sa très juste et très explicite pratique en ces premiers jours de mai aux senteurs d'été, tout au long de ce W.E..

C'est ainsi que ce samedi 7 mai, dès 14h30, Jean-Pierre PIGEAU, membre de la Commission

« Jeunes » à la FFAB s'appliqua à faire virevolter la vingtaine d'enfants des clubs de la région, tout en leur faisant

comprendre de manière particulièrement ludique et précise à la fois, les fondamentaux de l'Aïkido...



Au point qu'une heure et demie plus tard ils en redemandaient encore tant la joie, la très bonne humeur et l'envie étaient présentes dans

la salle de la rue Grelet, alors qu'il était déjà temps pour eux de céder la place aux adultes.

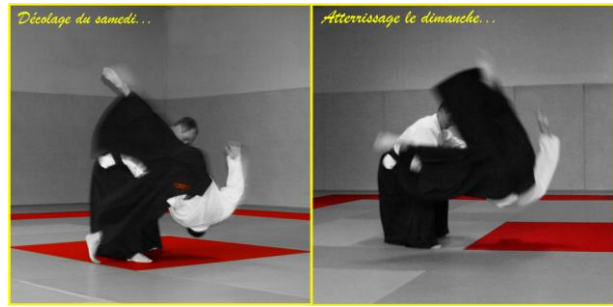
Lesquels ne se firent pas prier pour intégrer les tatamis en bon nombre (plus de 35 pratiquants différents sur les deux jours), venus de la quasi-totalité des Clubs de la région, mais aussi en voisins de Montluçon.



Salut impeccable, puis étirements, respirations, préparation des corps aux Ukemi, Jean-Pierre PIGEAU invita alors les participants à exposer leur interrogations et attentes ; une double préoccupation centrée sur les attaques Yokomen fut exprimée : déplacements en Suwariwaza et clarification/précision sur les entrées différentes (Irimi avec utilisation de Ikkyo Undo ou intérieure avec changement de Hanmi et coupe Shomen Uchi de Tori).

Après avoir pris le temps d'ajuster les coupes Yokomen Uchi, le Ma Ai et le Shisei de chacun (notamment l'avancée du corps, du pied qui se pose en même temps que la coupe est faite...), puis avec effacement de Tori sous la coupe par simple recul du pied avancé. Jean-Pierre PIGEAU exposa très clairement sans technique particulière la première entrée, façon Ikkyo Undo ou Tenchi Nage sur Kata Dori, puis, plus intérieure, la deuxième avec coupe et changement de Hanmi.

Dès lors, alternativement en Tachi Waza ou Suwari Waza, sur attaque Yokomen Uchi ou saisie Kata Dori, Jean-Pierre PIGEAU apporta à chacun, patiemment et par le biais d'une pédagogie des plus claires et des plus efficaces, les précisions de centrage, de respect de la ligne et des coupes, de légèreté des appuis, et de globalité des mouvements, autant d'éléments qui, conjugués permettent d'assurer efficacité sans force quelles que soient les techniques abordées : Ikkyo, Omote ou Ura et choix de l'une ou l'autre entrée, Shiho Nage, Tenchi Nage, Kokyu Nage...



En aucun moment, au cours de ces deux séances (samedi de 16h à 18h30 et dimanche de 9h30 à 12h) l'attention des pratiquants, quel que fut leur niveau, de débutant à vieux briscard confirmé, ne faiblit, leur envie de pratiquer et d'appliquer les recommandations sans équivoque et toujours judicieuses de Jean-Pierre PIGEAU les conduisant à remettre

en cause les vieilles et parfois mauvaises habitudes, exercice délicat s'il en est.



Qu'il en soit ici vivement remercié à l'instar de chacun des participants, enfants et adultes, of course...



