

REPARTITION DES  
COURS : 2021 / 2022

**Bois d'Oingt** : dojo du Bois  
d'Oingt – 15 chemin de la Font Pérou

COURS ENFANTS ( à partir de 8  
ans) : - Mercredi 15H00 / 16H00

COURS ADO / ADULTES ( à partir de  
15 ans) : - Lundi 20H15 / 21H30

INSCRIPTIONS :

- Au Forum des associations  
le 4 Septembre de 9h à 13h.  
( salle des fêtes )
- Lundi 6 septembre 2021  
de 17h15 à 19H00 au dojo du  
BOIS D'OINGT 15 chemin de  
la Font Pérou.
- Mercredi 8 septembre 2021  
de 14H30 à 15H30 au dojo  
du BOIS D'OINGT 15 chemin  
de la Font Pérou.

Réduction pour les familles  
Réduction Cheque Val d'Oingt  
Attestation de paiement pour  
comités d'entreprises

RENSEIGNEMENTS :  
06 89 62 33 66

SITE : judo-style-junomichi.com

**COURS ASSURES PAR UN  
PROFESSEUR D'ARTS MARTIAUX  
DIPLOME D'ETAT.**

# YOSEIKAN BUDO

## La pratique adaptée aux enfants



Le Yoseikan Budo permet une approche ludique des arts Martiaux et favorise la psychomotricité. Le travail équilibré alternant techniques en extension ( coup de pieds, coups de poings) et en traction (projections, immobilisation ) apporte à l'enfant latéralisation et développement harmonieux.

La variété des outils pédagogiques tel que les bâtons mousse de tailles différentes ( 35cm, 85cm, 1m05) amène une meilleure estimation des distances et facilite son repérage dans l'espace. Grâce à un matériel de protection corporelle complet et bien étudié, l'enfant aura également la possibilité d'aborder rapidement des formes souples de combat. Objectif : amélioration de la concentration, de la confiance en soi, de l'esprit d'initiative et d'entraide mutuelle, ce dans des conditions de sécurité optimales.

Un programme pédagogique spécifique particulièrement Innovant et performant a été mis au point par nos cadres Techniques.

Cette approche moderne originale préserve néanmoins les valeurs ancestrales des arts martiaux qui sont le courage, la solidarité et l'humilité.

YOSEIKAN BUDO

DOJO DU BOIS D'OINGT 15 CHEMIN DE LA FONT PEROU

ENFANTS  
MERCREDI 15H  
ADOS / ADULTES  
LUNDI 20H15

養正館武道

Amicale Laïque  
LE BOIS D'OINGT

WWW.JUDO-STYLE-JUNOMICHI.COM

# YOSEIKAN BUDO

## Tradition et modernité



Maître Hiroo Mochizuki s'inscrit dans la lignée de la tradition des Samouraïs dont il est un descendant direct.

Sa recherche personnelle porte sur l'équilibre subtil

entre l'efficacité des techniques à mains nues et avec armes et le respect de l'intégrité physique du pratiquant. Parallèlement, sa pédagogie s'articule autour des notions de créativité, de réactivité et d'esprit d'entraide. Ces valeurs qui sont essentielles pour faire face aux difficultés du monde contemporain. Renouant ainsi avec l'esprit d'adaptation permanent qui conditionnait la survie des Samouraïs. Il a développé une pédagogie originale en ajustant la philosophie et la pratique traditionnelle des arts martiaux aux mentalités et à l'environnement modernes.

## La compétition



Le Yoseikan Budo ne reconnaît pas la compétition comme une fin en soi, mais plutôt comme une étape dans la progression du pratiquant. En aucun cas obligatoire, elle apporte néanmoins un certain sens de la combativité. Elle est la forme de travail la plus proche du combat réel même si pratique sportive et réalité sont deux choses très différentes.

EMONO JIAI : combats pieds, poings, projections, sol et soumission. Développe l'endurance, la puissance physique, le sens de l'initiative et l'efficacité.

SUDE JIAI : combats avec armes en mousse, une arme imposée parmi un éventail de quatre. Favorise l'évaluation des distances et maniement de diverses armes.

# YOSEIKAN BUDO

## Le nom

YO  
SEI  
KAN  
BU  
DO



Nourriture de l'âme : l'éducation  
Honnêteté par rapport à sa conscience, sens de la justice : la droiture  
Lieu d'union : une grande maison, l'école.  
Arrêter la lance, empêcher la guerre : la recherche de la paix.  
Chemin ( qui mène à l'objectif ) : la voie

## Le sigle



CERCLE : perfection, quête éternelle et impossible de l'homme. La ligne qui interrompt le cercle (bout de la montagne) rappelle la nécessaire modestie, la perfection n'étant pas humaine.

AIR / SOLEIL (orange soutenu) : oxygène, lumière, gaieté.  
MONTAGNE (blanc) : terre, pureté (honnêteté), clarté (dans les décisions), les engagements, solidarité.  
EAU (bleu) : souplesse, calme, espoir, fluidité : adaptation

## La tenue

VESTE : bleu marine « yin » = « négatif » ( sans connotation péjorative ) en opposition à la notion de « positif »  
PANTALON : blanc bandes latérales bleu « yang » = « positif » en opposition à la notion de « négatif ».  
CEINTURE : bleue et blanche, l'onde de choc, de loin les parties foncées semblent plus étroites tandis que les parties blanches apparaissent plus larges qu'elles ne le sont réellement. Cette illusion d'optique suggère l'onde.

# PROTOCOLE 2021

Le protocole sanitaire étant en perpétuelle évolution, nous vous invitons à retrouver toutes les informations à jours sur les conditions de pratiques sur le site [www.ffkarate.fr](http://www.ffkarate.fr)

