



**BILAN
FORMATION AÏKIDO -
ECOLE DES CADRES
CÔTE D'AZUR
2015 - 2016**

合気道

Encadrement par 3 membres du CTR Côte d'Azur : Bernard JANNINELLE, Eric FOULON, Bruno RIVIERE

Fréquentation :	7 nov 2015	12 déc 2015	27 février 2016	23 avril 2016	Moyenne :
2015 / 2016 :	<i>18</i>	<i>15</i>	<i>16</i>	<i>14</i>	16

24 Stagiaires issus de 17 clubs différents ont participé à l'EDC.

2014 / 2015 :	<i>20</i>	<i>25</i>	<i>18</i>	<i>17</i>	20
ac candidats BF					

28 Stagiaires issus de 12 clubs différents ont participé à l'EDC.

PROJET : suite à la saison 2014 – 2015 nous avons convenus :

- De démarrer la journée par une pratique des armes,
- De continuer la matinée par une pratique illustrant un principe,
- l'après-midi de développer le principe déjà abordé le matin,
- d'augmenter le temps de pratique.

FORME :

4 samedis, soit 28 heures de formation.

Les différents thèmes sont abordés à partir d'une pratique effective et d'une interactivité avec les stagiaires.

Nous gardons le principe de 3 intervenants.

FOND (contenus étudiés saison 2015 - 2016) :

La **RELATION TORI / UKE** a été le thème central de l'année.

- **Buki-waza** : 4 cours d'armes de 1h15, 2 X ken et 2 X jo
- **Thèmes retenus lors de la saison 2015 – 2016 :**
 - 7 novembre 2015 : la **RELATION UKE / TORI** **RÔLE DE L'ATEMI**
 - 12 décembre 2015 : la **RELATION UKE / TORI** **HENKA-WAZA**
 - 27 février 2016 : la **RELATION UKE / TORI** **KAESHI-WAZA**
 - 23 avril 2016 : la **RELATION UKE / TORI** **ACTION / RÉACTION**
SOLLICITATION / ASPIRATION



**BILAN
FORMATION AÏKIDO -
ECOLE DES CADRES
CÔTE D'AZUR
2015 - 2016**

合気道

CONCLUSIONS et PROSPECTIVES :

- 1/ FRÉQUENTATION : globalement satisfaisante compte tenu de l'absence de formation au Brevet Fédéral cette année sur la ligue.
- 2/ FORME et CONTENUS : Nous avons suivi le programme prévu, et ajouté, à la demande des participants, le contenu de la dernière journée laissé volontairement libre. Ils nous ont indiqué :
 - o apprécier la présence de 3 intervenants, qu'ils ont jugés complémentaires,
 - o la majorité des stagiaires apprécie l'étude d'un seul thème par journée,
 - o cette année nous avons consacré plus de temps à la pratique (1 heure d'armes + 3X45 minutes d'aïkido, pratique proposée par l'encadrement).
- 3/ PROJET PROCHAINE SAISON : les stagiaires et l'encadrement ont évoqué plusieurs pistes:
 - o Continuer un **cours d'arme**,
 - o 1° session : reprendre l'ensemble des principes organisateurs de notre pratique, (clarification de la notion de principes, sans doute aussi utile aux futurs candidats DAN),
 - o Plusieurs thèmes sont évoqués :
 - **UKEMI,**
 - **POINTS CLEFS des KIHONS,**
 - **Se libérer de l'atemi : passage du BUDO au DO,**
 - **Relation ARMES - MAINS NUES : dans la construction technique,**
 - **Pratique orientée vers la SANTÉ,**
 - **Pratique à genoux.**
- 4/ COMMUNIQUER : Nous devons veiller, lors des manifestations de la ligue,
 - o à annoncer les créneaux de la FORMATION AÏKIDO et les CONTENUS,
 - o nous devons continuer à solliciter les professeurs pour choisir les thèmes à traiter,
- 5/ Les BILANS : des samedis de formation sont téléchargeables sur le site de la ligue. Le site formationaikido.com utilisé par les stagiaires est jugé « pratique ». Il est centré sur les contenus.

L'encadrement a eu, comme l'année passée, un grand plaisir à vivre et à partager cette année, enrichissante à bien des égards, avec les stagiaires qui nous ont fait confiance.

Bernard JANNINELLE, Eric FOULON et

Bruno RIVIERE le rapporteur de la réunion de fin de saison avec les stagiaires et les formateurs
COLLEGE TECHNIQUE REGIONAL CÔTE D'AZUR 2015 - 2016