



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

合気道

KEN : BUKI WAZA

On traduit habituellement Kaeshi waza par techniques de "contre". En fait, Kaeshi vient du verbe « kaesu » qui signifie « rendre, renvoyer, retourner »... Il s'agit donc dans Kaeshi waza d'un retournement de situation (uke devient tori / tori devient uke). L'idée de contre ou de contrer le partenaire ne donne pas le sens exact du kaeshi waza. Plutôt que de contrer le partenaire, il s'agit d'accepter le déséquilibre, d'aller dans la technique pour la dépasser et retourner la situation.

BERNARD PALMIER

➤ **KEN** :

	<i>UKE</i> <i>ATTAQUE</i>	<i>TORI</i> <i>TECHNIQUE</i>	<i>UKE</i> <i>KAESHI WAZA</i>
1	<i>SHOMEN</i>	<i>Mu kamae</i> <i>Monte le sabre sur la ligne et chasse</i> <i>Shomen uchi</i>	<i>0/ Accepter que tori développe sa technique</i> <i>1/ Idem TORI,</i> <i>2/ Aspiration puis Contrôle le sabre de TORI après LE SHOMEN.</i>
2	<i>TSUKI</i>	<i>Chasse tsuki,</i> <i>contrôle au ventre UKE,</i> <i>possibilité de piquer</i>	<i>0/ Accepter que tori développe sa technique et son contrôle</i> <i>1/ accepte le chassé puis Idem TORI,</i> <i>2/ contrôle du sabre de TORI par le dessus,</i> <i>– Tori repasse son ken au dessus,</i> <i>– Uke enchaîne shomen</i>
3	<i>SHOMEN</i>	<i>IDEM N° 5 de la 1° série de KASHIMA</i>	<i>0/ Accepter que tori développe sa technique</i> <i>1/ légère aspiration reprendre le contact par en dessous :</i> <i>- Kessagiri</i> <i>2/ idem :</i> <i>- finir atemi avec la garde puis projection</i>

Bruno RIVIERE

Infos et bilans sur le site de la ligue : <http://www.aikido-cotedazur.com/>

Infos et contenus sur <http://www.formationaikido.com/>

INSCRIPTIONS PRÉALABLES SOUHAITÉES - PAIEMENT SUR PLACE POSSIBLE :

euros (la totalité de la formation), 15 euros par journée, repas du midi au CREPS inclus.

50