



**BILAN  
FORMATION AÏKIDO -  
ECOLE DES CADRES  
CÔTE D'AZUR  
2014 - 2015**

合気道

**INTRODUCTION :** Encadrement par 3 membres du CTR Côte d'Azur : Bernard JANNINELLE, Eric FOULON, Bruno RIVIERE et l'intervention amicale de Christian LECLERC ( 2 interventions sur la biomécanique )

Fréquentation :	8 nov 2014	13 déc 2014	14 mars 2015	18 avril 2015	Moyenne :
Globale :	20	25	18	17	20
BF :	11	10	8	8	9
Stagiaires :	9	15	12	9	11

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

**PROJET :** suite à la saison 2013 – 2014 nous avons convenus :

- De démarrer la journée par une pratique des armes,
- De continuer la matinée par une pratique illustrant un principe à partir d'une construction technique,
- De continuer l'après-midi en développant le principe déjà abordé le matin,
- De réserver un temps l'après-midi pour répondre aux questionnements : des candidats BF.

**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 renforcés par l'apport de Christian LECLERC.

**FOND ( contenus étudiés saison 2014 - 2015 ) :**

- **Buki-waza** : 4 cours d'armes de 1h15, 2 ken/ken et 2 jo/jo
- **Thèmes retenus lors de la saison 2013 – 2014 :**
  - 8 novembre 2014 : la *RELATION UKE / TORI*
  - 13 décembre 2014 : *SANTE BIOMECANIQUE et CONSTRUCTIONTECHNIQUE*
  - 14 mars 2015 : la *RELATION ARMES - MAINS NUES*
  - 18 avril 2015 : la *RESPIRATION*

La **Relation tori - uke** et la **Relation armes - mains nues** sont nos fils conducteurs des 4 journées.

**BIOMECANIQUE** : abordé par Christian LECLERC masseur kinésithérapeute et professeur d'aïkido 3° dan.

Florence LAPLANE nous a proposé un atelier ( fort apprécié ) sur le thème de la respiration.

Globalement la formule a donné satisfaction.

**COLLEGE TECHNIQUE REGIONAL CÔTE D'AZUR 2014 - 2015**



**BILAN  
FORMATION AÏKIDO -  
ECOLE DES CADRES  
CÔTE D'AZUR  
2014 - 2015**

合気道

**CONCLUSIONS et PROSPECTIVES :**

- 1/ FRÉQUENTATION : Les stagiaires de l'année 2013-2014 devaient, nous l'espérons, être nos ambassadeurs pour une augmentation, attendue, du nombre de participants.
  - o **2013 - 2014 : 10 Stagiaires issus de 7 clubs différents ont participé à l'EDC,**
  - o **2014 - 2015 : 28 Stagiaires issus de 12 clubs ont participé à la FORMATION AÏKIDO,**
  - o **2015 - 2016 : l'essai reste à transformer** car 11 Candidats au Brevet Fédéral ont suivi la formation.
- 2/ FORME et CONTENUS : Les stagiaires de cette année ont apprécié l'ambiance, les échanges, l'interactivité ( stagiaires - encadrement ) et la richesse des contenus. Ils nous ont indiqué :
  - o apprécier la présence de 3 intervenants, qu'ils ont jugés complémentaires,
  - o la majorité des stagiaires souhaiterait un à maximum 2 thèmes par jour, alors que nous avons eu tendance, au cours de l'année, à associer les 4 thèmes retenus,
  - o les intervenants devront aussi veiller à amplifier l'interactivité désirée par les stagiaires. Nous sommes parfois pris par les contenus que nous souhaitons transmettre.
- 3/ PROJET PROCHAINE SAISON : les stagiaires et l'encadrement ont évoqué plusieurs pistes:
  - o Continuer un **cours d'arme** et/ou une découverte d'**autres pratiques** ( karaté, diverses boxes, etc. ),
  - o 2 thèmes sont évoqués **Rôle de l'atemi** dans la pratique et le **rôle d'uké**,
  - o Une pratique encadrée en direction des gradés,
- 4/ COMMUNIQUER : Nous devons veiller, lors des manifestations de la ligue,
  - o à annoncer les créneaux de la FORMATION AÏKIDO,
  - o à distribuer des affichettes présentant les thèmes de la session suivante,
  - o nous avons envisagé de 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, Christian LECLERC et

Bruno RIVIERE le rapporteur de la réunion de fin de saison avec les stagiaires et les formateurs