



Compte rendu du Gasshuku de Bâle. Automne 2016



Nous étions huit à nous retrouver en ce beau weekend d'Octobre. Un gymnase remis à neuf nous accueillait à la Mission.
Une calligraphie de Pascal nous accompagnait: Shôgyô Mujô, Nothing is permanent.

Samedi

Yves nous avait préparé un petit menu à sauce autour des kihon :
Kihon tandoku en entrée. Enchainements de différents kihon à la suite comme plat de résistance :
« déconstruire les habitudes afin de trouver plus de fluidité dans le corps et dans l'esprit ».
L'après-midi : Omote et Chudan furent révisés, ainsi que les entrées de Chudan.
Travail de kenjutsu autour de deux katas : Ai Suri et Ju

Le menu du soir : Bäkeofe et gâteau au chocolat par Véro, le tout arrosé avec modération et bonne humeur.

Dimanche

Après le matin petit déjeuner complet pris ensemble, l'entraînement repris avec les Kihon sotaï, puis nous avons fait un tournus libre de kata, d'Omote à Samidare selon les niveaux.
L'après-midi fut cours, Yves et Luc ont travaillé Samidare et Gohon no Midare en entier pendant que Jean-Louis faisait tourner le reste du groupe. Puis Jean-Louis et Yves ont travaillé Gohon no Midare et Okuden pendant que Luc faisait travailler le groupe au ken : Chibarai, Sarin et Inchu.



A tous, un grand merci pour votre participation et votre bienveillance !

A bientôt

Luc

