

Des arts martiaux japonais inédits dans l'agglomération.



Du nouveau

dans les arts martiaux

Il ne manque pas de clubs d'arts martiaux dans l'agglomération où les différentes traditions asiatiques sont presque toutes représentées. Le Kashima Shin Ryu, une école traditionnelle d'arts martiaux japonais vieille de 500 ans, n'avait pas encore pointé le bout de ses armes...

François Cleach, professeur d'aïkido, vient de l'implanter à Vauréal sous le nom de club Aïkicom, après l'avoir fait à Vigny. Cette école, concentrée sur l'utilisation du sabre, comprend cependant la maîtrise d'une douzaine de disciplines utilisant des armes (hallebarde, lance, bâton long, bâton court, couteau, darts ou fléchettes, faucille prolongée d'une chaîne lestée...) mais aussi la main nue ou armée d'une canne ou d'une corde.

Des armes en bois et en mousse

Fondé sur le principe, commun à beaucoup d'arts martiaux, de « faire le vide mental pour bien faire circuler l'énergie vitale », de faire preuve de maîtrise de soi et de contrôle pour se détourner de la violence, le Kashima Shin Ryu est particulièrement apprécié des enfants car les armes (en bois pour l'entraînement) les motivent et les défoulent. C'est d'ailleurs à la tranche d'âge 8-14 ans que François

Cleach destine ses cours ; il compte déjà une quinzaine d'élèves, filles et garçons. Car, précise le professeur, cette école est « une voie éducative, celle de la paix et de la non-violence ».

Il s'occupe aussi du club Kusanagi qui enseigne le Chanbara, art martial qui

utilise des armes en mousse pour des combats à frappe réelle. Un stage Kashima et Chanbara aura lieu du 25 au 29 février et du 3 au 7 mars (de 16h à 19h, 35 €, inscriptions au 01 30 39 29 78 ou kusanag1@orange.fr). Pour découvrir toutes les subtilités de l'école de sabre japonaise ■ J.M.M.



» Le Kashima Shin Ryu s'adresse aux enfants de 8 à 14 ans de l'agglomération.

>> En savoir plus

- > Entraînements au gymnase de la Bussie (mardi soir) ou au gymnase des Toupets (mercredi après-midi) de Vauréal.
- > Tarifs : 151€ par an (un cours hebdomadaire) ou 181 € (deux cours hebdomadaires), les armes sont prêtées aux élèves.
- > Contacts : aikicom@laposte.net ou 06 24 24 17 48

Judi 14 février

De 18h à 20h
Université de Cergy-Pontoise
Salle des conférences, site universitaire des
Chênes 1, 33 bd du port à Cergy
**CONFERENCES UNIVERSITE OUVERTE
2007-2008**

Conférence : : Le Japon 50 ans après le miracle japonais
Renseignements :
universite.ouverte@ml.u-cergy.fr
et 01 34 25 63 79
Ouvert à tous

Sport



Dimanche 13 janvier

Stade Jean-Lousteau à Pontoise à 15h
RUGBY/ CHAMPIONNAT FEDERALE 1
RCACP/ Vannes
Match retour

Samedi 9 février

Gymnase de la Bussie à Vauréal à 18h
CHAMPIONNAT DE FRANCE HANDBASKET
2007/2008
Nationale1/c
Cergy-Pontoise/ Thonon