

Compte-rendu du Stage CRK PDL Kendo de rentrée

Le 6 Octobre 2024 à Fontenay Le Comte

64 pratiquants ont répondu présents pour le stage de rentrée.

Encadrement :

Sylvio Montessinos assisté de l'équipe technique régionale : Christiane David, Samuel Guyomard, Rubens Perennès et des hauts gradés de la région : Sylvain Bousique, Daniel Charlemaine, Nelly Durand.

Clubs représentés :

Angers Kendo Iaido, Dojo Nantais, ESVN La Haye Fouassière, JKCF Fontenay Le Comte, Suishinkai Dojo Nantes, LMKC Le Mans et Kendo Club Poitiers.

Au programme le matin :

- Exercices de déplacement
- Suburi
- Kihon en grande amplitude
- Kihon en petite amplitude
- Mawari-Geiko

Notions abordées : Importance du Tamé, position du corps avant l'assaut

Au programme l'après-midi :

- Suburi
- Travail différentiel en 3 groupes : Enfants / Kyushas adultes / Yudanshas :
Enfants : Déplacements, travail du Fumikomi, Shikake waza, Oji waza et Mawari-Geiko
Kyushas adultes : Déplacements et coordination
Yudanshas : Passage en revue des différentes possibilités d'Oji-Waza
- Mawari-Geiko puis Ji-Geiko

Le stage s'est conclu autour du pot de l'amitié, merci aux participants pour leur énergie et leur présence.



Prochain évènement CRK, l'Open des Pays De Loire le 11 Novembre 2024