

bulletin de  
liaison et d'information  
du shung-do-kwan budo  
66, rue liotard, genève

aikido, iaido, jodo, judo,  
karaté, kendo, kyudo,  
yoseikan budo

# contact

**DEC. 1980**

No 6 — Paraît 6 fois de l'an

# STORES

- ferrure et toile, réentoilage
- tentes solaires
- stores corbeilles à armature alu
- stores à lamelles et à rouleau

oaches  
oanchaud

Ed. Wunenburger Maison fondée en 1861  
Paul Haussauer, succr  
rue du Simplon 14  
1207 Genève tél. 36 61 95

Masmejan

**BRASSERIE-RESTAURANT** 36 av. Ernest-Pictet, Genève

# bois-gentil

Paul Brunner  
☎ 44 92 77 / 44 01 91

— Menus soignés et mets  
de brasserie.

**LE RENDEZ-VOUS DES BUDOKAS  
APRÈS L'ENTRAÎNEMENT !**

— Spécialités selon la saison.  
— Salle de Sociétés.

稽古のあと、のどがかわいたらどうぞ！



● Meubles Victoria

8, rue Verdaine, 1204 Genève,  
tél. 022 28 10 71

Meubles, tissus, tapis, luminaires  
Boutique, cadeaux, jouets

# ioupii

## Salon Grand-Pré

Jean-Jacques & Anne Duvigneau-Ansermet

27, rue du Grand-Pré  
1202 Genève  
Tél. 34 67 34

Ouvert du mardi au  
vendredi de 8 h. 30 à 19 h. 00  
samedi de 8 h. 00 à 17 h. 00



Coiffure  
Visagisme  
Massage  
Esthétique

Problème de batterie?

Faites partout  
confiance à l'un  
des 3200  
garagistes  
membre **ESA<sup>+</sup>**

Exclusivité

**VARTA SELEN** <sup>®</sup>  
brevet

GARANTIE  
**24**  
MOIS



Distributeur général  
ESA Berthoud



**ESA<sup>+</sup>**

Société coopérative  
d'achat de l'Union  
professionnelle suisse  
de l'automobile



Deux et demi contre sept+ les remplaçants, c'est l'effectif que le SDK oppose à l'équipe de Granges, un certain samedi à Langnau. Une situation de plus en plus régulière, et même si, en modifiant la photo ci-dessus, nous avons voulu atténuer notre amertume par un peu d'humour aux dépens d'Hamid, il n'en reste pas moins que la pénurie de combattants est devenue alarmante.

**DE QUOI SOUFFRE LE SDK ? EST-IL LE SEUL DANS CE CAS ? QUE FAUT-IL FAIRE ?**

Je laisse la parole à Christian Vuissa qui va essayer de répondre à ces questions.

**Le rédacteur**

Naturellement cette thérapie ne devra pas seulement traiter en surface (cours adultes), mais plutôt la racine du mal, qui est la base de la pyramide de notre club : les cours d'enfants, où une direction est à prendre soit : quantité max. qualité min. ou le contraire, cette dernière solution aurait certainement des répercussions sur la santé financière du club. En ce qui concerne la situation financière du SDK, je ne crois pas trahir un secret en écrivant qu'elle est saine, sans plus. C'est dans son aspect moral et technique que notre club présente des déficiences. Loin de refléter un cas isolé, cette maladie est causée par un virus qui est de plus en plus répandu, et rares sont les clubs qui sont épargnés.

## Que faire ?

Même si cette photo peut prêter à sourire, elle fait actuellement partie d'une triste réalité. Pour les plus anciens, ceux qui ont connu les années millésimées où notre équipe comptait en son sein non seulement des combattants qui tenaient tête aux plus prestigieuses formations, mais même des remplaçants, cette photo peut aussi prêter à grimacer. En tout cas, elle nous pousse à nous interroger. Et la première question à laquelle nous aimerions répondre est de savoir COMMENT il se fait qu'avec un si grand potentiel de jeunes, nous n'arrivons pas à former une équipe complète ainsi qu'une relève digne de ce nom. C'est là que le bât blesse ! La gangrène dont souffre notre équipe de compétition nécessitera une amputation si on ne trouve pas immédiatement un remède, un remède de cheval, dirais-je. Bien sûr, une bonne équipe de compétition ne reflète pas forcément la bonne santé d'un club. Reste encore à savoir si celle-ci doit être financière, morale, ou encore technique.

## Santé morale

En effet, les groupes de jeunes motivés qui forment un noyau solide aussi bien sur le tatami que dans la vie de tous les jours manquent de plus en plus dans nos dojo. La facilité est à la mode. Beaucoup de nouveaux sports attrayants et relativement évident ont fait leur apparition (que l'on peut pratiquer de suite et avec un certain plaisir). Le judo, lui, est resté le sport ingrat et sobre qu'il a toujours été, demandant plusieurs mois et années de pratique avant de pouvoir prétendre avoir compris quelque chose. C'est donc d'un soutien moral que nos jeunes ont besoin. Pour cela, il faudrait combler l'échelon manquant, qui devrait leur permettre de passer la période critique, qui se trouve entre 14 et 20 ans et d'accéder tout naturellement aux cours adultes. Autrefois, quand il était plus petit, donc plus intime, le SDK avait un noyau soudé et très actif. Bien que l'agrandissement de notre dojo et de son effectif à son format actuel y est moins favorable, il doit être possible qu'un nouveau noyau se forme s'il est bien chaperonné et encouragé par les anciens. Il y a là un premier effort à faire !

## Santé technique

D'autre part, la haute compétition de ces dernières années a permis au judo d'évoluer (un peu comme les hautes compétitions automobiles ont permis d'améliorer la voiture particulière). Il serait faux, à mon avis, de ne pas suivre cette évolution, bien que cela nécessite de la part des enseignants beaucoup d'humilité et de courage pour se remettre constamment en question. Là aussi, il faut faire quelque chose, et ce quelque chose a déjà été entrepris.

Depuis plusieurs années, Pascal et moi-même donnons des cours au SDK. On pouvait très bien se contenter de l'état actuel, "vogue la galère !", mais nous avons trouvé plus honnête de réagir. Après une véritable prise de conscience, nous nous sommes remis en question, nous avons entrepris de changer ce qui nous semblait nécessaire de changer. Pour cela, nous nous voyons régulièrement sur le tapis pour un entraînement personnel, et au-dehors pour de longues discussions concernant les pourtours d'une certaine réforme et les changements de structures qu'elle implique. Après avoir déposé le problème, nous avons dû nous rendre à l'évidence que nous entamions un travail ardu et de longue haleine, dont le résultat sera certainement positif. Comme vous avez déjà pu le constater, cette réforme a déjà été commencée lors des entraînements du lundi et du mercredi soir. Par ailleurs, nous nous sommes tous réunis le samedi 1er novembre. "Nous", ce sont les enseignants de votre club. Le but de cette réunion : être tous informés de ce qui se fait dans chaque cours pour trouver une unité et pour établir les bases d'un enseignement qui soit le même de l'enfant à l'adulte, tout en tenant compte de la personnalité de chaque enseignant et de l'évolution qu'a faite le judo depuis plusieurs années.

### Cette réforme comportera, entre autres, les points suivants :

1. Comme cité ci-dessus, un remaniement structurel des cours du lundi et du mercredi en se concentrant sur les points suivants :
  - a) Insister sur les bases du judo plutôt que sur la quantité de techniques.
  - b) Etude et provocation des réactions de l'adversaire.
  - c) Redistribution du gokyo.
  - d) Recherche d'un fil conducteur à travers les mouvements du gokyo.
2. Une nouvelle échelle des valeurs concernant les examens.
  - a) Un examen ne doit plus être considéré comme un dû après une certaine période.
  - b) Les examens ne seront pas fixés à des dates précises. Les élèves voudront bien attendre qu'on leur demande de se présenter.
  - c) L'aspect mental du candidat, aussi bien que l'aspect technique et physique seront considérés (shin-gi-tai, dans cet ordre). De plus, une connaissance générale de l'art qu'elle ou qu'il pratique sera exigée. Les questions et réponses qui pourraient survenir durant les examens paraîtront régulièrement dans Contact.
3. Un cahier de présence sur lequel les ceintures de couleurs voudront bien écrire lisiblement leur nom aura été introduit au moment où ce Contact sera entre vos mains. C'est un contrôle de la régularité des présences, également un critère pour être convoqués aux examens.
4. Une boîte aux lettres sera mise à votre disposition pour toutes vos suggestions ou critiques.

Il faudra bien entendu un certain temps pour que cette réforme porte ses fruits. Cependant, Pascal et moi sommes totalement convaincus d'être sur la bonne voie, même si certains détails allaient s'avérer négatifs.

Seul un entraînement régulier, progressif, et à un rythme soutenu pourra, dans un futur que nous espérons proche, assurer au SDK une relève digne de ceux qui font actuellement encore son prestige.

Finalement, Pascal se joint à moi pour souhaiter à tous une bonne et heureuse année et beaucoup de persévérance. Nous vous demandons également un peu de coopération pour notre entreprise. Et vous en remercions d'avance.

Christian Vuissa

# LE RONIN



*Note du rédacteur : Dans le chapitre précédent, l'acier de la lame du Ronin se réchauffait au cou d'un Seigneur féodal. Cela suffit à réveiller sa soif inextinguible et beaucoup de sang va encore couler pour assurer à la Dame une fuite vers la déchéance totale, William D. Jennings, auteur du "Ronin", nous y emmène à travers les flots tumultueux d'un fleuve qui n'est pas sans symbolisme.*

Les amoureux atteignirent le palace peu avant le milieu du jour, quelques instants seulement avant les gardes du Seigneur défunt, arrivant sur des chevaux écumants. Ce retard était en grande partie dû à la Dame qui n'était jamais montée à cheval auparavant. A chaque "ri" ou presque, elle décidait qu'elle préférerait la mort aux mains de leurs poursuivants à ce que le cheval lui faisait subir. Elle s'arrêtait donc de temps en temps, s'abandonnant à son destin, ne continuant que lorsque son compagnon enragé s'éloignait sans elle.

Lui non plus n'aimait guère les chevaux qu'il avait appris à connaître tout récemment. Sans compter que son anatomie avait plus à souffrir que celle de la Dame dont le sexe semblait mieux se prêter à l'art équestre. Cependant, il préférerait se faire châtrer par un cheval hongre que de se livrer à un combat acharné au côté de la Dame. Il savait parfaitement qu'une fois qu'ils seraient encerclés, elle se mettrait à pleurer, s'agripperait à ses bras occupés et s'effondrerait fréquemment comme le faisaient toutes les femmes bien-nées dans les histoires d'amour de l'époque. Et il savait exactement combien il différerait du héros habituel quand elle se mettrait à agir ainsi.

Ce fut également l'idée de la Dame de s'arrêter au Palais du Printemps pour y prendre des habits plus adaptés au voyage ainsi qu'un peu d'argent. Elle, aussi, connaissait ces histoires d'amants en fuite et elle savait pertinemment que, sans argent, ils n'allaient que rarement au-delà des fiefs dans lesquels ils étaient enregistrés. Quand ils aperçurent la Garde au détour du chemin, elle fut bien plus déprimée de n'avoir pu changer d'habits que de n'avoir pu trouver un ou deux sacs de "ryo" (monnaie de l'époque). Prise de rage, elle s'empara d'un sac de rubis et s'enfuit avec son séducteur par la porte arrière au moment où les poursuivants entraient par l'entrée principale, mettant tout le monde au courant de l'horreur de la mort de leur maître.

La Grande Déesse Soleil se dégagea du voile pudique des nuages éclairant d'une clarté nue la confusion qui régnait en bas. La panique coléreuse qui régnait dans l'enceinte contrastait avec le couple sombre qui se frayait un chemin le long des sentiers difficiles qui menaient à la rivière. La Dame semblait avoir autant de difficulté à pied qu'à cheval. Il est vrai qu'elle n'avait jamais beaucoup marché non plus. Ainsi ce fut tant sa démarche que son habit qui attira l'attention des murs du Palais. Il y eut une clameur, un doigt pointa, les portes du côté de la rivière violemment ouvertes pour laisser passer un torrent vengeur qui dévala la pente dans leur direction alors qu'ils atteignaient le débarcadère.

Il y avait plusieurs frères embarcations amarées à la jetée. A son ordre, la Dame avança avec des petits pas adorables, lents et maniérés, et tenta, avec une gaucherie empreinte de noblesse, de détacher la corde. Le samouraï se tint debout au début de la jetée, faisant face à la meute des poursuivants.

Comme s'il avait presque oublié, il commença à remonter ses manches. La meute ralentit puis se figea. Il noua avec soin le sageo (cordon) autour de ses manches et arrangea même un ou deux plis de son kimono. Le calme régnait des deux côtés, aucun bruit à part le chant des oiseaux ignorants et les petits grognements délicats de la Dame qui tirait sur la corde.

Ses deux manches hors du champs du mouvement des bras, le samouraï s'essuyait maintenant les mains sur les cuisses, puis les mit en l'air devant lui comme pour admirer leur fermeté. Tous les yeux se fixèrent sur elles. Elles étaient comme de la pierre. La sûreté étonnante de ces mains fut une des choses dont la plupart des survivants se souvinrent. Ils se souvinrent également de la façon dont il dégaina et coupa net, en un seul mouvement, le bras de l'homme qui se trouvait en face de lui. L'homme, tout surpris, regarda son bras tomber de sa manche, puis il se mit à geindre tout doucement en

fronçant les sourcils. Quand enfin il hurla, une scène atroce se déroula sur la pente de la Grande Rivière.

La foule se lança en avant, criant sous forme de slogans, leurs sentiments au sujet de la mort injuste de leur maître. Les leaders du groupe de tête se trouvèrent, bien malgré eux, poussés dans les moulinsets du sabre, à l'entrée de la jetée. Les pieds rivés au sol, le samouraï décrivait des figures dans l'air avec sa lame éteincelante, et chaque fois deux, sinon trois des observateurs les plus proches mordaient la poussière.

Le Ronin poussa un "Kiai" terrifiant et avança sur eux...

Aucun d'eux ne faisaient figure d'adversaires. Nul n'avait une chance de se battre. Car c'est plus de la sagesse que de la bravoure que d'affronter seul cent individus \*. Les continuel petits grognements derrière lui indiquaient que la Dame était en train de confirmer ses origines plus que d'assurer leur futur. Il recula le long de la jetée pour lui intimer l'ordre de monter à bord. Elle y grimpa gauchement et alla se blottir sous la petite toiture. Le Samouraï se tenait les jambes écartées, le sabre devant lui. Ses yeux se mirent à briller et à s'agrandir comme ceux du dieu Bodhidharma sur les peintures. Quelques secondes après que cette pause fut devenue intolérable, il émit un "kiai" terrifiant, la bouche grande ouverte, les dents complètement découvertes, et attaqua.



Ce fut la retraite. Son sabre n'atteignit personne durant le reflux de cette immense marée, mais il y eut beaucoup d'os cassés, de côtes fêlées et plusieurs commotions. Les ayant fait se détruire entre eux, le samourai, redevenu ronin, longea la jetée, dénoua la corde, monta à bord et resta debout à l'avant. Il essayait sa lame tandis qu'ils dérivait vers le large. Il aperçut une longue perche. Il la prit et l'enfonça dans le fond vaseux, poussant ainsi le bateau vers des courants plus rapides.

On hésita à les poursuivre, et il était inutile de se servir de flèches à cette distance. Courir le long du rivage serait un peu trop ridicule. Il était évident qu'il fallait envoyer un messager jusqu'au débarcadère suivant. Les archers auraient plus d'effet là-bas car la rivière y serait plus étroite. Mais dans ce cas-là, le couple en fuite serait tenté de débarquer sur l'autre rive. D'un autre côté, si on n'envoyait personne, ils ne se méfieraient pas et passeraient tout droit en direction des rapides inattendus qui bouillonnaient un peu plus en aval. Un Ahhh ! général se fit entendre. Personne, jusqu'à ce jour, n'avait réussi à passer outre sans y perdre la vie. Et si par hasard ils y parvenaient, le "Daimyo" voisin (seigneur féodal) avait fait tendre un filet d'une rive à l'autre pour attraper les resquilleurs qui essayaient d'éviter de payer le droit de passage sur sa partie de rivière.

Il y eut un silence plein de pensées parmi les vengeurs. Apparemment, les dieux se chargeaient de prendre cette affaire en main. Ils avaient fait de leur mieux, et, bien qu'ils n'aient pu revendiquer la mort du rebelle, la vengeance suivrait néanmoins son cours. Chacun rentra chez lui assez satisfait du déroulement de l'histoire. En grand deuil, bien sûr, mais contents d'eux-mêmes.

La rivière devint plus étroite, plus rapide, et ils passèrent devant le prochain embarcadère avant même qu'ils n'aient pu l'apercevoir. Le bateau continua sa course d'une manière dangereusement allègre. Soudain, il sembla tomber dans le vide. Ils faillirent se retourner. Un bruit affreux les entourait de partout.

La folie de ceux qui sont sur le point de succomber ne peut s'expliquer. Le jeune hom-

me s'accrocha aux deux bords de la barque et regarda droit devant lui. La jeune Dame, au contraire, s'accroupit au fond de la barque et lui cria des injures grotesques. Il ne semblait pas les entendre. Finalement, comme frappé par un gigantesque poing blanc, le bateau vint s'écraser contre un rocher.

Dans le chaos blanc qui s'ensuivit, il lui sembla entendre sa voix crier du fond d'un puits laiteux : "Ronin, encore Ronin". Elle semblait contente. Il y avait également une autre voix. A travers le fracas assourdissant, il crut entendre la voix lointaine d'un idiot qui murmurait "Combien de poissons y a-t-il au fond de l'étang de la forêt ?". Elle semblait amicale.

Après le bruit terrifiant, la paix intolérable. Il était allongé sur le sable. Aucun lit ne lui avait paru si bon auparavant. Il ouvrit les yeux et contempla le monde solide et silencieux. Il le trouva bon. Il s'assit lentement et la vit assise sur un rocher un peu plus loin. Elle leva les yeux et dit d'une voix désintéressée : "Oh, je vous croyais mort".

Quelques moments de réflexions leur fit comprendre qu'ils n'étaient pas blessés, que son sable "Le Tueur de Mauvaises Herbes" gisait près de là dans l'eau peu profonde de la rivière, et que le petit sac de rubis était encore en possession de la Dame. Ils n'avaient perdu que leurs chaussures et le deuxième sabre. Il rit. La chance lui souriait toujours. Elle le regarda avec mépris et grogna d'une façon peu distinguée pour une Dame. Il insista pour lui dire qu'ils étaient les choux-choux des dieux, car, après tout, ils avaient réussi à s'échapper sans pertes ni blessures, et les rubis leur assureraient une vie agréable pour le restant de leurs jours.

Elle le regarda encore une fois avec mépris, puis en tournant son visage vers la rivière, demanda : "Avez-vous déjà essayé d'acheter un bol de riz avec un rubis ?" (à suivre)

\* *En effet, dans un combat d'un homme seul contre plusieurs, si cet homme choisit bien sa position, dos à un mur, il peut utiliser son sabre d'une dizaine de manières. Tandis que les adversaires, pressés les uns contre les autres, ne peuvent qu'utiliser des shômen et des tsuki. (N.d.R.).*

---

## contact ►►► info générales

---

Patricia et Hamid Elouaret voudraient, par le truchement de Contact, transmettre leurs remerciements les plus vifs à tous ceux qui firent de leur mariage un événement sympathique et amical.

Encore plus heureux grâce à vous,  
P+H Elouaret

---

**Kangeiko : Du 16 au 21 février 1981 à 0600 h.**

---

## **Avis à tous ceux qui ont débuté au SDK durant l'an 80 !**

Une façon parmi tant d'autres de reconnaître un ancien du SDK d'un nouveau est de prononcer, sans prévenir, le mot "kangeiko" (entraînement d'hiver). Tandis que l'ancien va lever les yeux au ciel en soupirant, le nouveau va vous regarder avec des yeux ronds. C'est à ces derniers que je m'adresse en tant que rédacteur, et depuis longtemps membre actif du kangeiko. Cet entraînement spécial d'hiver a pour but de créer une solidarité toute spéciale entre membres du SDK qui "crochent". Loin d'être réservé aux compétiteurs, cet entraînement spécial est destiné à toutes les disciplines et à tous les membres jeunes et moins jeunes, femmes, hommes et enfants. Un autre but du kangeiko est de motiver mentalement et physiquement les jeunes, une semaine par année, à faire un effort sur eux-mêmes, se prouvant ainsi qu'ils ne sont pas esclaves de leurs douillettes habitudes.



Il est temps que je sois franc quant au programme. Rendez-vous au dojo du SDK, du lundi 16 au 21 février 1981 à 06.00 du matin. Equipement : training et pantoufles de gymnastique, judogi ou keikogi. Un léger échauffement est suivi d'un footing à travers le parc Geisendorf. Vers 06.30, retour au dojo où chaque discipline pratique des exercices libres jusqu'à 07.00. L'entraînement sera donné par un judoka, mais il est clair que tout membre fera ce qu'il pourra, en essayant tout de même de se dépasser un peu. Ah ! j'oubliais : (je retardais cet aveu le plus possible) Aucun kangeiko n'est digne de ce nom sans le fameux seau d'eau froide que vous devez vous retourner sur la tête entre 06.00 et 06.10, dans les douches respectives. (le seau sera gracieusement mis à votre disposition.)

Nous espérons que l'effectif grandira encore. L'an passé, année record, plus de 30 personnes ont eu le courage d'oublier leur confort et de quitter la chaleur du lit pour la douche froide. Et la moitié de l'effectif était formé de filles. Le plus jeune était de 14 ans et le plus âgé de 54 ans. Suivez l'exemple des anciens ! Le SDK compte sur vous. Le rédacteur

---

La rédaction de Contact ainsi que le Comité du SDK aimeraient exprimer ici leurs plus vifs remerciements à nos annonceurs. Ce sont eux qui déchargent le club d'une partie du fardeau financier que représente le journal. De la part de tous, des voeux chaleureux pour la nouvelle année.

---

Le rédacteur aimerait également remercier ses co-rédacteurs. Plus particulièrement Carol et F. Wahl pour leur aide dans la traduction du Ronin et le coin-coin du koka. Les textes de chaque section me parviennent régulièrement et généralement à temps. Je vous remercie d'avance de continuer cet effort au courant de cette nouvelle année que je vous souhaite très heureuse.

AIKIDO

合気道

*Note du rédacteur : le texte complet du rapport sera remis aux aikidoka en mains propres. Je remercie F. Bottelli de bien avoir voulu le taper.*

## RESUME DE L'ASSEMBLEE GENERALE DU 29 NOVEMBRE A BERNE

La réunion s'est déroulée beaucoup plus calme que je l'avais prévu. Malgré tout les problèmes et les idées divergeantes que nous avions sur le plan suisse, celui qui nous intéresse le plus pour la section du S.D.K. a été de prendre position pour l'ACSA (Association culturelle suisse d'Aïkido)

Nous avons trois grandes directions au choix : D'abord, celle de rester dans une formation dissidente de la FEA (Fédération Européenne d'Aïkido), ensuite, celle d'entrer dans une formation dissidente de la FEA, toutes deux opposées, mais revendiquant être la vraie, et enfin, il restait la position d'être neutre.

Vous l'avez tous deviné, l'histoire nous l'a prouvé maintes fois au cours des âges, la Suisse (ACSA) est restée neutre. A l'unanimité l'assemblée a voté. Nous ne reconnaissons plus ni l'une ni l'autre FEA officiellement et nous avons démissionné de la formation FEA dont nous étions un des principaux créateurs. Tout ceci a pour but de garder sur le plan suisse une ACSA compacte, car en prenant position pour l'une ou l'autre FEA le pays aurait fait les frais de cette division.

Nous allons attendre maintenant sagement que les deux FEA s'empoignent pour se réconcilier et peut-être, qui sait, un jour, quand il n'y aura plus qu'une FEA officielle nous pourront y adhérer et de nouveau y faire preuve de création.

L'assemblée générale a en outre accepté l'adhésion au sein de l'ACSA deux nouveaux clubs d'Aïkido. Celui de Neuchâtel et celui de Vevey. Félicitations à ces deux nouveaux clubs ! Pour tout ceux de la section du S.D.K. qui ne le savent pas et qui voyagent beaucoup peuvent demander la liste des clubs suisses où ils peuvent aller s'entraîner.

### Qui est Me Ikeda ?



Lors du dernier stage de Me Ikeda à Bâle, je lui ai posé quelques questions, car j'ai pensé que les aikidoka du S.D.K. ne le connaissent qu'à travers ses cours et que vu l'obstacle de la langue ils ne peuvent s'entretenir avec lui que difficilement.

Masatomi IKEDA est né à Tokyo le 8 avril 1940. Il a pratiqué le Judo et le Sumo et a toujours aimé la lutte. Il a cherché le maître qui était le plus fort, le plus efficace, c'est ainsi qu'à l'âge de 20 ans il a rencontré Me

Ueshiba ; Me Ikeda dit que O Sensei n'était pas seulement le plus fort, mais qu'il avait également un rayonnement très puissant, s'il ne l'avait pas vu, il serait devenu un sumotori. Il a longtemps rêvé de sortir du Japon, ainsi en 1965 il se rend en Italie. Je lui ai demandé ce qui l'avait le plus frappé, il a répondu "le soleil, la mer, la liberté". Par liberté, il entend une vie plus simple, au Japon tout est très ordonné, très réglé. En 1970 il ressent l'appel de la patrie et éprouve le désir de se replonger au sources. Il sera professeur diplômé d'éducation physique à l'école primaire jusqu'en 1976, date à laquelle le Honbu Dojo l'informe qu'on cherche un Shihan pour la Suisse. Il accepte. Interrogé sur ses premières impressions, il dit que la Suisse lui a paru peu peuplée : Tokyo compte le double d'habitants de notre pays, le relief très accentué (c'est vraiment le pays ou rien n'est plat), les gens très clairs et très directs.

Actuellement il ne fait que de l'aïkido et il est très content de pouvoir l'enseigner et le promouvoir en Suisse. Je lui ai demandé s'il avait le temps de s'entraîner pour lui-même (pour ceux qui l'ignoraient encore, Me Ikeda est tout le temps en route pour visiter les différents dojo suisses), il a répondu qu'il pratiquait beaucoup tout seul et qu'il allait parfois en Italie pour s'entraîner avec des amis japonais. Si un jour un centre suisse d'aïkido se créait il aurait plus de temps de s'occuper de lui-même et ainsi pourrait nous dispenser un enseignement encore plus profitable.

Catherine

### PROCHAIN STAGE DE Me IKEDA

Nous n'avons pas encore reçu les dates pour 1981, elles seront affichées dès que possible.

## Les statuts de l'AHJ

En même temps que ceux du jodo, les statuts de l'Association Helvétique de Iaido ont été acceptés à l'unanimité le 30 novembre à Lausanne.

## Un stage des plus réussis

Le stage du 30 novembre, sous la direction technique de Daniel Brunner et Pascal Krieger fut une réussite. Près de 25 iaidoka y ont assisté. Certainement à cause des routes enneigées de ce jour-là, nous n'avons malheureusement pas eu de visites d'outre-Sarine. Me Tiki Shewan venant tout exprès de Cannes, nous a fait l'honneur d'une visite l'après-midi.

D'autre part, notre section iaido s'est enrichie d'un premier kyu en la personne d'Evelyne qui a présenté aux deux Co-directeurs techniques du très bon travail au sabre.

Evelyne sur  
le chemin du  
1er Kyu.



## Une année millésimée

Depuis plus de 5 ans qu'existe notre section, c'est de loin l'année la plus active. Les leçons du mardi sont fréquentées régulièrement par 10 à 15 personnes et le travail effectué durant ces leçons est extrêmement sérieux. Cela est sans aucun doute dû à l'étroite collaboration technique qui existe entre le SDK et Me Tiki Shewan, Directeur technique de la Fédération Européenne d'iaido. De tout coeur, je vous souhaite une bonne et heureuse année.

P. Krieger

## Stage/examens le samedi 24 janvier 1981

Début du stage à 09.00. Examens à partir de 15.00.

Lieu : Dojo du SDK.

Après le stage, comme chaque année, nous pensons nous réunir pour la fondue chez la maman de Françoise Bottelli. Le nombre de place étant limité, nous vous prions de vous inscrire auprès de Françoise.

## Les statuts sont adoptés

Simultanément à l'iaido, l'Assemblée Générale de l'Association Helvétique de Jodo a eut lieu à Lausanne. Les statuts de l'Association y ont été adoptés à l'unanimité. Le Comité de l'AHJ voudrait ici remercier Me C. Ochsner pour son précieux concours.

## Une année creuse malgré quelques sommets culminants

Après le stage des Maîtres du mois de mai 80, point culminant de toute l'histoire de la section du jodo au SDK, le noyau de tête s'est quelque peu désagrégé, l'enthousiasme a un peu tiédi. En effet J.P. Poncelet, un de nos meilleurs éléments techniques, a dû regagner son canton natal (et nous lui souhaitons beaucoup de chance), Manuel Guichard a été de plus en plus pris par ses activités hors-SDK, et F. Bottelli, bien que très régulière, ne peut venir le mercredi à cause de ses cours

professionnels. Je voudrais cependant exhorter les autres ici à poursuivre leur entraînement régulièrement, unique condition pour maîtriser tant soit peu l'énorme curriculum du jo.

### Section montreuusienne : toujours solide

Depuis bientôt 4 ans, la section jo du Judo Club de Montreux est d'une régularité étonnante. Du bon travail et un noyau extrêmement solide. Je ne peux que les en féliciter.

Finalement, je voudrais souhaiter une excellente année à tous les jodoka tout en les remerciant pour la satisfaction personnelle qu'ils m'ont donnée jusqu'ici.

P. Krieger

JUDO

柔道

## Challenge Désiré Schneuwly



Le nombre de participants et de médaillés est un hommage justifié à Désiré Schneuwly pour ses 30 ans de judo et son dévouement incomparable pour le judo enfant. Encore toutes les félicitations du Comité du SDK.

### RESULTATS DU CHALLENGE D. SCHNEUWLY

#### – 20 kg.

1. Massimo MACALUSO ; 2. Cédric SCHMITT ; 3. Emmanuel VOIGT ; 4. Sébastien PAOLI

#### – 25 kg.

1. Stéphane RANZONI ; 2. Stéphane DEBIEUX ; 3. Yacine BENYAHIA ; 4. Philippe GASSER

#### – 30 kg.

1. Laurent BERTOSSA ; 2. Cédric ISOZ ; 3. Boris COSIO ; 4. Yves GENDRAUD

### 30 kg. Filles

1. Carole CRETENAND ; 2. Nancy RICOTTI ; 3. Sonia RICOTTI ; 4. Katia MONTEILLARD

### – 35 kg

1. Jean-François CHARPENNE ; 2. Patrick FURLAN ; 3. Xavier RUIZ ; 4. Pierre FOURNIER

### – 40 kg

1. Christian CERVONI ; 2. Laurent BAECHLER ; 3. Claude TORNARE ; 4. Selma RACHID

### – 45 kg

1. Patrick EGGER ; 2. Alfredo PASTANELLA ; 3. Giorgio D'ANGELO ; 4. Lorenzo CHIRIATTI

### – 50 kg

1. Patrick EGGER ; 2. Christian CERVONI ; 3. Christian SUCHET ; 4. Hiroaki SANO

### + 50 kg

1. Patrick SUSZ ; 2. Serge PONTINELLI ; 3. Lotfi ELAROUCI ; 4. Christophe ROUDEN

### Filles

1. Laurence JACOT ; 2. Véronique PATRY ; 3. Sandrine BLESSING ; 4. Monique LOOSLI

## Nos équipes de compétition en 1981

Notre première équipe reste en ligue nationale A. Son effectif sera renforcé des ceintures noires qui faisaient partie de la deuxième équipe. Quant à la deuxième équipe, elle reste en 3e ligue et ne sera formée que de ceintures de couleur à part P. Krieger qui jouera le rôle de moteur dans cette formation qui, nous le rappelons, n'a pour d'autre but que de servir de terrain d'essai pour la compétition. Les meilleurs éléments en seront extraits chaque année pour assurer la relève de la première équipe, et laisseront ainsi la place à de nouveaux candidats. Le Comité du SDK souhaite à ces deux équipes une année pleine de fructueuses expériences.

La rédaction

## 1) TOURNOI D'AVULLY – 4 et 5 OCTOBRE 1980

Le SDK s'est distingué pour cette deuxième rencontre du TOURNOI D'AVULLY. Une distinction sans honneur toutefois car le seul club susceptible de lui poser des problèmes, à savoir le Judo Club de Genève ne s'est pas présenté cette année.

M Ochsner se débarrasse de l'adversaire qu'il avait sur le dos. (Avully). ▶

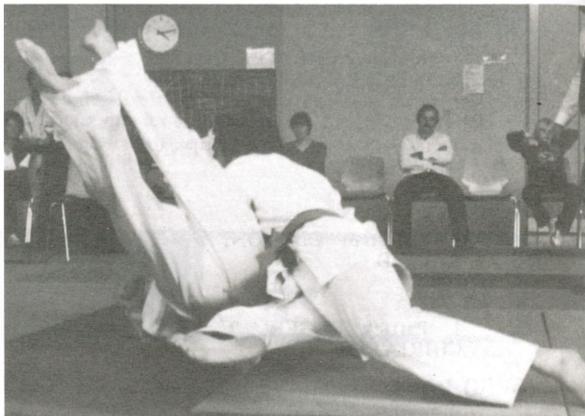
Laurence Jacot surpasse le mouvement de son adversaire avant de se surpasser. (Avully).

Toujours uchi-mata. (Pourquoi changer puisqu'il marche) C. Vuissa à Avully. ▼

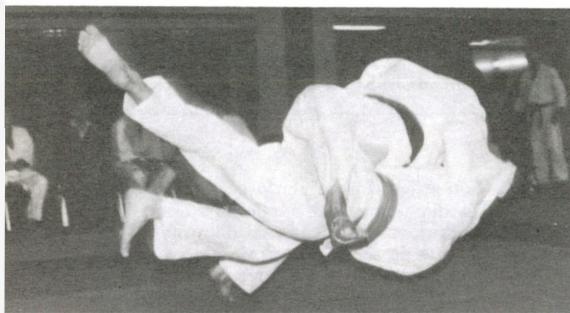




Voici la relève dont notre éditorial s'inquiète. (lors du Tournoi d'Avully).



Un bel enchaînement de F. Wahl. (Avully).



Osotogari "Wahljen" à Avully.



On se demande si Maria Francisco trouve l'étreinte de Mme Rucella tellement maternelle.

La difficulté était donc très réduite mais enfin, "qu'importe le flacon pourvu qu'on ait l'ivresse" et de l'ivresse il y en avait dans la salle grâce à tous les magnifiques mouvements effectués par notre équipe. Merci pour le spectacle.

Les "grands" n'ont pas été les seuls à bien se comporter, nos jeunes participants ont très bien tiré et c'est avec grand plaisir que nous voyons poindre quelques graines de champion...

Nos représentantes de charme n'ont pas boudé les médailles. Laurence JACOT 2ème, Joselle RUCELLA 2ème elle aussi et Liliane RUCELLA 3ème, ont représenté avec charme les couleurs de notre club. Véronique pour une débutante s'est fort bien débrouillée, mais elle ne put malheureusement pas tirer son épingle du jeu. Isabelle OHELE s'étant blessée quelques semaines auparavant aux Championnats suisses, elle n'a pu défendre son titre de l'an dernier. Et c'est dommage !

Pour terminer un bravo au Judo Club d'Avully pour la bonne organisation du tournoi, sa très sympathique ambiance et ses délicieux gâteaux. A l'année prochaine. Chaton

## 2) LANGNAU le 11 OCTOBRE 1980

Christian VUISSA a participé à cette rencontre qui opposait l'équipe suisse à une formation allemande de la région du Rhin. Christian a disputé et gagné ses deux combats par Ippon. La rencontre s'est terminée par une victoire de l'équipe suisse et un excellent souper. Chaton

## 3) TOURNOI NATIONAL D'OLTEN DU 2 NOVEMBRE 1980

Trois inscrits à ce tournoi, mais seulement deux participants François WAHL et Pierre OCHSNER, le troisième, Christian VUISSA était blessé et malade ce jour-là.

Pierre arrive en finale, après avoir gagné trois combats par Ippon, contre le Grangien Erich

C. Vuissa place son  
uchimata à Langnau.



P. Ochsner. Un hane-goshi  
qui le mènera à la  
finale du Tournoi d'Olten.



LEHMANN. Il s'incline de peu devant "cette bête à combattre" et termine deuxième très honorablement.

François s'était inscrit dans deux catégories, la sienne, en - de 78 kg., et en open. En - de 78 kg, François perd son premier combat, il n'a pas la chance d'être repêché et se trouve, de ce fait éliminé. En catégorie open il ne sera guère plus chanceux, malgré un premier combat victorieux (Ippon sur O-soto-gari), il perd le deuxième et voit avec lui, "s'envoler" ses chances d'accéder en finale...

Chaton

#### 4) CHAMPIONNATS SUISSES PAR EQUIPE LE 8 NOVEMBRE 1980 SDK contre JUDO CLUB MORGES et BADEN

Et oui, malgré une équipe gravement malade, réduite à quatre judokas ! le SDK s'offre encore le luxe de "tirer en élite". Pour combien de temps encore ?

Il est évident qu'à quatre sur sept, l'on ne peut pas se permettre de faire un "faux pas".

Avec François WAHL qui se blessa à une côte et Pierre OCHSNER qui fut malchanceux à deux reprises, même le match-nul et la victoire d'Hamid ainsi que les deux victoires de Christian VUISSA n'ont pas réussi à faire prendre le dessus à l'équipe.

Les résultats se soldent donc par deux déficits, 11-3 contre le Judo Club de Morges et 10-4 contre Baden.

Les émotions ça creuse et les pâtisseries qui suivirent n'ont fait que confirmer l'esprit "sportif" qui règne au SDK.

Chaton

KARATĒ

空手

#### CHAMPIONNATS DU MONDE DE MADRID DU 26 AU 29 NOVEMBRE 1980 :

D'un niveau intéressant cette année, avec une répartition des titres en jeu entre : l'Espagne, le Japon, les Etats-Unis, la France et l'Italie. Les Suisses, malgré quelques tours gagnés, n'ont jamais franchi le cap des 1/4 de finale. Maître Nakajima a effectué le déplacement avec les officiels suisses, et il a profité du peu de temps libre pour dialoguer avec plusieurs haut gradés du karaté japonais.

#### PASSAGE DE GRADES

5ème kyu (ceinture bleue) : Baeriswyl Patrick, Briffod Catherine, Emery Stéphane, Sermondade Nathalie.

6ème kyu (ceinture verte) : Naïdanoff Igor, Santos Miguel.

7ème kyu (ceint. blanche + 2 bar. vertes) : Fernandez Nicolas.

8ème kyu (ceint. blanche + 1 bar. verte) : Hohl Olivier, Kisrawi Tammam, Kisrawi Racha, Schlickelmann Birgit, Da Silva Francisco.

#### TECHNIQUES KARATE : LES DEFENSES DE BASE

##### 1) GEDAN BARAI

Défense en bas, position zen kutsu dachi, poing gauche à 2 hauteurs de poing au-dessus du genou gauche.

- 2) **JODAN AGE UKE**  
Défense en haut, position zen kutsu dachi, avant-bras à 45 degrés.
- 3) **CHUDAN SOTO UKE**  
Défense moyenne depuis l'extérieur, position zen kutsu dachi, angle bras et avant-bras 90 degrés, poing hauteur épaule.
- 4) **CHUDAN UCHI UKE**  
Défense moyenne depuis l'intérieur, position zen kutsu dachi, angle bras et avant-bras 90 degrés, poing hauteur épaule.
- 5) **CHUDAN SHUTO UKE**  
Défense moyenne avec le côté de la main, position ko kutsu dachi, angle bras et avant-bras 90 degrés.

R. Rapin

Jodan-age-uke



Chudan uchi-uke



Chudan-shuto-uke



Chudan-soto-uke



Gedan-barai



KENDO

剣道

Manuel, que j'ai intercepté de justesse avant que l'année bascule, transmet à la section kendo et à tout le SDK, ses vœux les plus percutants.

Le rédacteur

## Daruma Daishi

### LE GRAND MAITRE DU DHARMA AU SHUNG DO KWAN

Autrefois – il y a bien longtemps – un moine venu de l'Inde s'installa, dans le nord de la Chine, au temple de SORENJI.

Enveloppé dans son sari, il y passa le reste de sa vie en méditation – ne faisant rien d'autre ; si bien que lorsqu'il vit la Lumière du dharma, ses quatre membres lui étaient devenus totalement inutiles... Transformé en une boule, il devint de la sorte la figure de l'Illumination, l'emblème du Un.

Toujours représenté avec un air sévère, sans bras ni jambes, il préside aux événements heureux – et il est de coutume, au Japon, de lui ouvrir un oeil par épisode réjouissant : ainsi fut fait au SDK, le 18 octobre, lors du stage d'automne de notre section. Car Me Jacques NORMAND tint en effet à marquer de la sorte le "bouquet" de notre dojo de Vernier : – "Ce DARUMA, c'est le mien. J'y tiens beaucoup – et c'est pour cela que je vous le donne ; car vous avez construit un dojo ; aussi, on va lui ouvrir un oeil". Ainsi fut fait – selon les règles : Jacques Normand traça le cercle, Serge Dieci le remplit. Et le soussigné plaça DARUMA DAISHI sur le SHOMEN.

Désormais, DARUMA DAISHI préside nos tirs chaque premier dimanche du mois, ainsi que chaque rassemblement notable.

Son regard est comme une injonction étonnée – il semble impatientement attendre quelque chose de nous. Sa mimique nous fait songer à cette phrase du tir que l'on nomme "Da'i San" (grand tiers) et dont d'allégorie est TSURYU-NO-KAMAE – "la puissance du dragon".

Sur son "menton", un kanji doré proclame : "Joie". Et la bouche n'est plus qu'un trait – refermée comme le bec de l'oiseau après le chant...

\*

### TIR DU PREMIER DE L'AN

Ce tir traditionnel se fait, à 28 mètres, sur une cible d'un diamètre de 4 1/2 cm : le KING MATO. (King = coeur – 4,5 cm = 1,5 cun : c'est le diamètre du coeur...). Dite encore "cible d'or", elle est réservée, en priorité, aux débutants, puisque "le soleil qui se lève le premier janvier est neuf et pur, comme le sont ce jour là le ciel et la terre" : les vieux routiers restent donc sur la touche... Placé sous l'égide du Kami TAKEMI KAZUCHI, ce "tir de la chance" (il en faut, pour atteindre ce mato minuscule, à cette distance ! ) permet de désigner le "représentant du kyudo" pour l'année – car on considère que c'est TAKEMI KAZUCHI qui l'a choisi. Notre section, qui organise cette année son premier tir du genre, note avec joie que Me Normand nous a d'ores et déjà annoncé sa venue, et la participation de huit de ses élèves – qui feront tout exprès le déplacement depuis Paris. Et on attend d'autres archers : on verra bien qui – et quel dojo – représentera le kyudo en 1981... si le kami est de bonne humeur !

\*

### A PARAITRE...

\* *KYUDO HASETSU* – Notre section en publiera prochainement l'essentiel, traduit, sous forme de cahiers. Se renseigner auprès de J.-P. SACCHI.

\* *"L'ARME DE VIE"* par Jacques Normand. "La Table Ronde". Paris. Des techniques de combat à la Sagesse – ou la profession de foi d'un budoka. On n'en dira pas plus pour cette fois. (A paraître fin janvier – Notre section organisera un "Taï Kai – signature" à cette occasion).

\*

### ET PUIS...

...pour '81, on vous souhaite à tous MAN TOKU – Toutes les Vertus !

Baba-san



## YOSEIKAN BUDO

Le stage de Martigny présidé par Maître Hiroo Mochizuki qui se déroula les 15 et 16 novembre dernier, fut un grand succès tant par la qualité du stage que par la participation des différents clubs.

...Et enfin ! un grand jour pour la section Yoseikan, notre entraîneur du mardi, je veux parler de Monsieur Nguyen Duc Hung a passé avec succès son examen de 1er Dan. Je lui transmets toutes les félicitations de la section.

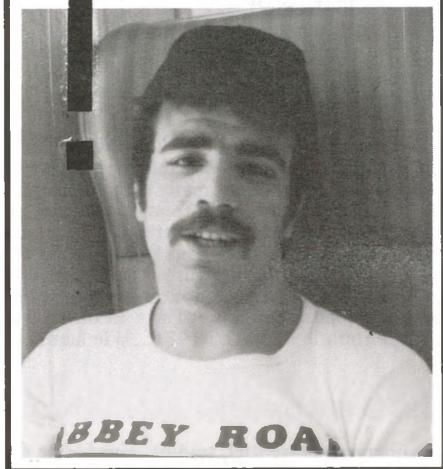
Je profite de l'occasion pour souhaiter à chacun de bonnes fêtes de fin d'année.

P. Vuilleumier



Duc, pris au piège d'un examen qu'il a maintes fois évité.

Qui sont  
nos  
ceintures  
noires



**Hamid ELOUARET, 28 ans, 3ème dan de judo, professeur de judo au SDK, à Onex et au Petit-Lancy, ex-membre de l'équipe nationale algérienne, plusieurs fois champion**

### maghrébin et d'Algérie, 5ème aux championnats du monde militaire

—“Quand j'étais jeune, j'étais à la fois timide et bagarreur. Je n'avais qu'une passion, la boxe, que mon oncle pratiquait. Malheureusement, ce dernier me déconseilla ce sport et m'engagea à pratiquer le judo, sport dans lequel j'aurais beaucoup plus de chance et que j'aurais plus de plaisir à apprendre. Je me suis donc laissé convaincre, et depuis lors, soit depuis 1963, je m'entraîne sans discontinuer. J'ai ainsi pu vaincre une partie de ma timidité, ce qui me permet d'avoir de nombreux amis. J'avais un esprit compétitif très fort, c'est ainsi que tout en me contrôlant, j'ai pu rivaliser avec d'autres judokas et ainsi évoluer, sans jamais me faire casser”.

**Contact : Tu as une certaine expérience de l'enseignement des enfants, comment le conçois-tu ?**

—“L'idéal est, pour un enfant, d'avoir au minimum 2 cours par semaine pour commencer, puis d'augmenter avec l'âge. Le professeur sait qu'un enfant qui commence le judo doit avoir un programme varié, il faut cependant lui expliquer très consciencieusement chaque chute et chaque mouvement. Il s'assurera que l'enfant écoute et le comprend, de même qu'il l'encouragera à poser des questions. Un professeur doit être gentil mais sévère, de manière à faire respecter une certaine discipline. Il est normal qu'un enfant ne prenne goût que petit à petit à un sport, cela vient progressivement, il faut lui laisser le temps de comprendre et de s'intégrer au groupe des élèves. L'enfant doit également avoir en tête qu'il ne passera pas de ceinture, ni ne fera de compétition avant que son professeur l'ait décidé. Très tôt on peut distinguer deux catégories de judoka, ceux qui pratiquent pour

leur plaisir, mais n'ont pas d'ambition, et ceux qui on un esprit compétitif. Il faut donc, lors des leçons, séparer ces deux groupes, car l'un avancera plus vite, mais il ne faut pas que ces groupes soient hermétiques : un enfant du premier groupe pourra passer dans le second dès qu'il aura manifesté sa volonté de crocher.

Le but de mon enseignement, c'est d'apprendre aux jeunes à faire du bon judo lorsqu'ils auront 15 ou 16 ans. La compétition n'est qu'un moyen de tendre vers ce but. Mon entraînement est donc basé sur l'assouplissement plus que sur la condition physique, il faut remplacer la force par la vitesse et l'agilité. Je veux former un noyau de jeunes compétiteurs et leur donner le goût de continuer leur sport longtemps. Mais mon rôle ne s'arrête pas à les conseiller sur le tapis, je dois avoir un contact avec eux, bien les connaître, de manière à pouvoir les aider de mon mieux lors des compétitions, car la psychologie joue un très grand rôle à ce moment-là, quand on affronte un adversaire. J'ai une bonne entente avec mes élèves, certains m'écrivent ou viennent me trouver chez moi, je pense que la plupart sont satisfaits de ma façon d'enseigner, d'ailleurs je les engage souvent à critiquer ma façon de faire telle ou telle chose. Je regrette pourtant deux choses, d'abord que les parents ne participent pas plus activement à la vie du club, ce qui créerait une émulation bienfaisante parmi les enfants, ensuite que notre club ne participe pas plus souvent à des tournois pour les jeunes. Il est vrai que c'est parfois par manque d'invitations de la part des autres clubs".

**Contact : Tu viens d'un pays dans lequel le sport est plutôt considéré comme une politique, quelle différence marquante y a-t-il avec la Suisse ?**

— "En Algérie les athlètes d'élite sont aidés dans tous les domaines, social, médical, etc. Ils n'ont pas de soucis à se faire. Mais pour en arriver là, il y a un long chemin où ils doivent se débrouiller seuls, faire beaucoup de sacrifices avant de pouvoir obtenir une première sélection. En Suisse, les athlètes sont mieux encadrés dès le départ, en revanche, un sportif de pointe ne sera pour ainsi dire pas aidé. J'ai souvent constaté que les judokas de haut niveau devaient tout organiser eux-mêmes, payer leur déplacements, leur stages. Le grand inconvénient ici, c'est que à un certain niveau le sportif doit choisir entre son travail et le sport. Il y a beaucoup de jeunes pleins d'avenir qui se trouvent ainsi bloqués dans leur carrière".

**Contact : As-tu des hobbies à part le judo ?**

— "Oui, j'aime la musique en général, la natation, le ski (bien que je skie comme une patate) et surtout la plongée sous-marine. (J'en ai beaucoup fait en Algérie)".

**Contact : As-tu l'intention de rentrer en Algérie, dans le futur ?**

— "Comme vous le savez tous, je viens de me marier avec une Suisse, et je pense sérieusement m'établir ici".

**Contact te remercie et te souhaite une réussite totale dans notre pays.**

## DÉCONTACTONS-NOUS

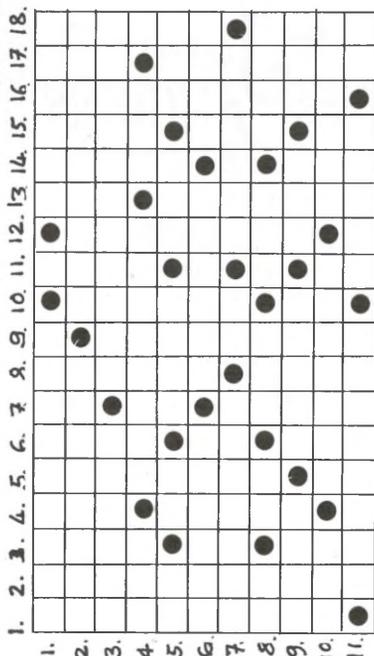
### HORIZONTALEMENT

1.— Forme musicale. 2.— Libérait. 3.— En général pauvre.— Lettre grecque.— Fantaisie. 4.— Petit if.— Civile. 5.— Honneur militaire.— En les. 6.— Devant les autres.— Sur les bornes.— Salutation. 7.— Article.— Père partagé.— Relever. 8.— Est humaine.— Se peut par le bout du nez. 9.— Caractérisent la musique baroque. 10.— Prénom aérien.— Erbium. 11.— Eau poétique.— Fin de tournée. 12.— L'est parfois à la nouvelle lune. 13.— De lampe.— Pressée. 14.— Calibré.— Flotte. 15.— Panorama.— Coule en Roumanie.— Ne veut rien dire. 16.— Recueil d'idioties. 17.— Cadichon chez la Contesse.— Qui ont des saillies. 18.— Conclusions.— Châteaude la Belle au Bois Dormant.

### VERTICALEMENT

1. Voies bouddhiques — Grand japonais — Brisai  
2.— Mettre les petits à l'eau.— Effacements. 3.—

NOGUET Marc



Prisée des amateurs.— Boulottes. 4.— N'est pas bonne conseillère.— Les grands enfants du SDK aiment le faire aux douches.— Au tennis. 5.— Suit parfois les raisons sociales.— Au service du public sans fin.— De 1,18m. à 1,20m.— D'un sommet, on l'aime dégagée.— Poisson rouge. 6.— Distribue la vapeur.— Faire communiquer.— Lestes. 7.— Mettons à part.— Personnel.— Tyran de Pise, inspira Rodin. 8.— Ouvrier spécialisé.— La mode voudrait qu'on le soit.— Soutient la table.— On peut l'être par l'âge.— Comme une mule. 9.— Au Dojo et en face, se prononce et se pratique différemment.— Percuteur.— Est-nord-est.— Chose latine. 10.— Titre anglais.— Défoncé.— Réduits de volume. 11.— Tablettes.— Trouble.— Pour soi.

*Ont été perspicaces: M. Fleury, N. Rucella, M.-L. Guex, et presque perspicace J.-M. Burnier (tanbojutsu) et C. Fournier (tandojutsu). Ces deux derniers candidats auraient dû d'adresser à des judoka qui leur auraient tout de suite donné le tuyau nécessaire. La prime des 50.— revient cependant à un très fidèle cruciverbiste: F. Wahl.*  
*Je profite de l'occasion pour vous souhaiter à tous, cruciverbistes, une bonne et heureuse... (mot en cinq lettres dont deux sont doubles)*

Le rédacteur

## RESULTATS PRECEDENTS

**Horizontalement :** 1. tanjojutsu (ou tanjojitsu). 2. you - su - eus. 3. privent - ru. 4. otrante - pr. 5. geo - tamirp. 6. nf - erea. 7. attendront. 8. pr - rr - inde. 9. huerent - ru. 10. eclaffe - ar.

**Verticalement :** 1. typographe. 2. aorte - truc. 3. nuiront - el. 4. va - ferra. 5. osent - nref. 6. junta - nf. 7. temerite. 8. te - iron. 9. surprendra. 10. usurpateur.



PAR FRANÇOIS WAHL

Lorsque l'on compare les techniques d'hier et d'aujourd'hui, un guide utile eut été que les prises eussent le même nom. Toujours tiré de "Ma Méthode de Judo" de M. Kawaishi, voici Hasami Jime qui ressemble comme un frère à Katate Ashi Jime et Rio Ashi Dori qui a une vague ressemblance avec Morote Gari.



Même lorsqu'une prise à un nom aussi connu que Harai-Goshi, on a l'impression d'étudier un mouvement différent suivant les auteurs que l'on prend comme référence. Ainsi pour Me Kano, Harai-Goshi se fait contre un adversaire qui s'échappe de Uki-Goshi en soulevant sa jambe droite pour surpasser. Pour Me Yamashita (le premier 10me Dan de l'histoire de judo, pas l'autre) Harai-Goshi consiste à soulever son adversaire en se servant de balayage arrière de la jambe droite et 'en se penchant légèrement sur la gauche on termine la projection'. Pour Me Koizumi Gunji (8me Dan, fondateur du judo Anglais) Harai-Goshi est recommandé contre des 'uke' se tenant bien droit alors que pour Me Oda Join (9me Dan) c'est plutôt sur un adversaire penché vers l'avant contre lequel il faut se coller (ce qui s'appellerait Kuzushi).

Dans le livre "Judo Koza" de Me Mifune (10me Dan), Kudo (9me Dan) et Me Matsumoto (8me Dan), Harai-Goshi est décrit sous le titre 'Tsukuri' et se fait en deux temps ("Amener l'adversaire en déséquilibre avant droit pour lui faire avancer son pied droit. Lorsque 'uke' est en passe de le reposer...")

A ce qu'il semble, si on pouvait réunir de nouveau tous ces grands experts, une discussion très vive s'en suivrait sur ce qu'est Harai-Goshi.

# SU, SHU, AGAmeru

Dans ce dernier numéro de l'an 80, nous terminons toute la série des kanji concernant notre dojo avec le caractère SU ou SHŪ qui forme le premier kanji de SHUNG Dô Kwan.

Comme je l'ai déjà écrit, notre dojo fut fondé par un maître de judo d'origine coréenne. Bien qu'il existe beaucoup d'analogies entre la langue coréenne et la langue nipponne, la prononciation en est très différente. C'est pourquoi beaucoup de japonais ouvrent de grands yeux à l'énoncée du nom de notre dojo car des sons tels que Shung ou Kwan n'existent pas en japonais. Shung Dô Kwan, en japonais, se prononcerait shû Dô Kan, ou Sû Dô Kan. Pour respecter la mémoire de celui qui nous a donné ce nom, il a été décidé de n'y rien changer.

Ce caractère de 11 traits est formé de deux parties : celle, supérieure, de yama (montagne) et celle, inférieure, de shû, ou sù (religion, secte). Le caractère yama confère au caractère shû plus de grandeur (pensez au Mt Fuji qui est une divinité au Japon). J'ajouterai, personnellement, que d'être au-dessus des religions reflète une certaine noblesse. Et c'est là le sens propre du caractère traité ici : NOBLE. Autrement dit : Shung Dô Kwan = Local où l'on pratique la noble Voie (Dô).

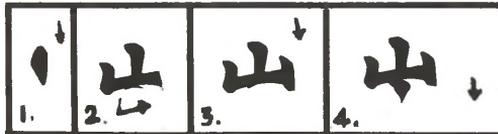
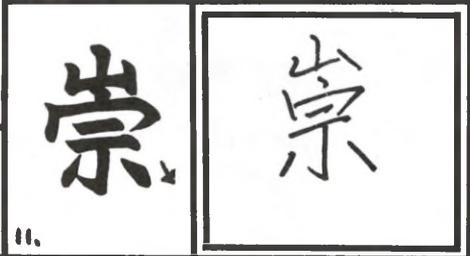
La prononciation On (chinoise) est Shû ou Sû. On la retrouve dans des mots tels que : Shûnai, adoration, vénération – Sûkei, révération.

La prononciation Kun (japonaise) est aga(meru) respecter, vénérer, adorer (le meru entre parenthèses est écrit dans l'alphabet japonais).

En vous exerçant, prenez bien soin de suivre l'ordre des traits et de donner à l'ensemble du caractère un équilibre solide bien qu'asymétrique.

Bon courage.

P. Krieger



# Petit Hamid fait le grand pas!



Patricia, très «grande dame» promet à Monsieur le Maire de prendre soin de notre petit Hamid pour le meilleur et même pour le pire.



Hamid tente une dernière vantardise auprès de ces dames tout en se restaurant.



Le soir, lors de la petite agape au SKD, Président Jordan, plus très frais, raconte comment il s'est fait marcher sur les mains.



Pour ceux qui ne connaîtraient pas Hamid Elouaret, le rédacteur tient à préciser qu'il n'est pas si petit qu'il a bien voulu le montrer à travers ce numéro. Bien que légèrement audessous de la moyenne, sa taille est quasiment normale. D'autre part, c'est un «grand» ami du SKD et un de ses «grands» compétiteurs. Et si Contact s'est fait un peu taquin, ce n'est que pour provoquer, une fois encore, ce sourire resplendissant qui lui est si personnel.

Le rédacteur

Les manuscrits (relus et dactylographiés), les photos (avec légendes), et autre matériel destiné à la publication dans Contact, doivent être déposés dans le casier "Contact" au secrétariat avant les dates suivantes :

Le 10.2 pour le Contact de février, le 10.4 pour celui d'avril, le 10.6 pour celui de juin, le 10.8 pour celui d'août, le 10.10 pour celui d'octobre, le 10.12 pour celui de décembre.

La rédaction reste libre dans son choix concernant le matériel et la date de parution.  
En vous remerciant de votre coopération

Le rédacteur

## La Relaxation en Sophrologie

Cours directs  
par moniteurs

Exercices  
par cassettes  
enregistrées.

- Techniques scientifiques de détente authentique.
- Développement de la CONCENTRATION.
- Épanouissement de ses ressources profondes.

Centre de Sophrologie Pédagogique

4, rue St. Laurent 1207 GENEVE / Tél. 35 20 47

**raymond  
grandvaux**

constructions  
métalliques  
serrurerie  
service  
de  
clés



29 bis,  
rue de Lausanne  
1201 Genève  
**Tél. 31 09 45**

## au Ménestrel

DISQUAIRE EN L'ILE  
15, Quai de l'Île ☎ 28 42 65

**disques, musicassettes,  
partitions musicales.**

レコード カセット・テープ  
楽符



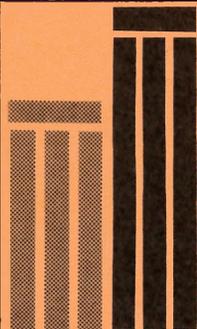
J.A. 1211 Genève 13

Retour : Shung-do-kwan  
rue Liotard 66  
1203 Genève



**BALLY**  
Le pas vers la mode

**Bally Scheurer** Rue du Rhône 62 1204 Genève



RICHARD + MARCEL MARTIN

succ. M. Martin

**Tél 32 48 41**

ferblanterie  
installations sanitaires  
concessionnaire  
des services industriels  
de Genève

12,  
rue de Berne  
Genève