BILAN PREPARATION PASSAGE DE GRADES DAN

Le dimanche matin 17 mars 2013

Nous accueillons ce dimanche matin 11 candidats souhaitant se présenter à court ou moyen terme à un grade dan.

Nous mettons en place de 3 jurys.

Chaque jury présente à « ses candidats » ses attentes en fonction du grade présenté.

Les prestations des candidats sont commentées « en temps réel » afin que chacun puisse en bénéficier. Les remarques éventuelles sont illustrées par des démonstrations et de nouvelles mises en situation.

Chaque jury présentera à l'ensemble des candidats son bilan afin que chacun puisse se situer dans une globalité de pratique et d'exigences.

Jury 1° dan et 2° dan composé de Denis Droggy membre du CTR, Stéphane Le Derf, José :

(1 candidat 1° dan et 4 candidats 2° dan)

L'interrogation du jury porte sur suwari waza et hammi handachi waza :

Retours présentés à l'ensemble des candidats :

- Veiller à donner une bonne image de soi,

- Soigner les déplacements,

- Distance : agrandir l'espace,

- Chercher un déroulé des techniques sans à-coups,

- Centrage : garder les bras devant soi,

- Contrôle : bien finir les immobilisations,

- « prendre le temps »

Quelques commentaires du jury pendant les passages :

« Reishiki : se relever après le jury »,

« Veiller à la fluidité : à présenter une forme globale »,

« HHW ne travaillez pas à la hauteur de uke »,

« attention à ne pas saisir sur shomen uchi ikkyo »,

« faire des déplacements clairs »,

« chercher à épurer ».

Jury 3° dan composé de Bernard Janninelle membre du CTR et Patrick :

(3 candidats)

Retours présentés à l'ensemble des candidats :

Grade important,

Le jury attend une fluidité et une « maîtrise des outils »,

Irimi « sans faille et sans reproches ».

Quelques commentaires du jury pendant les passages :

« améliorer la notion de irimi : (« façon de se présenter à l'autre ») »,

« garder le contrôle pendant le tenkan »,

« améliorer le contrôle pendant le déroulé de la technique »,

« la maîtrise des outils donne une liberté plus tard »,

« au ken la distance donne la sécurité »,

« la flexion des genoux donne le Irimi »,

« manque de pratique »,

« améliorer la martialité ».

Jury 3° et 4° dan composé de Eric Foulon membre du CTR, et Nicolas Hemeret :

(2 candidats 3° dan et 1 candidat 4° dan)

Retours présentés à l'ensemble des candidats :

Aspects positifs : mobilité, écoute et construction,

Aspects à travailler :

- intégrité et maîtrise de la distance,

- Améliorer les contrôles,

- se placer et se replacer : garder une présence (une bonne connexion)

- solliciter (« déclencher le mouvement »),

- Globalité et fluidité,

- faire un travail de fond,

- zanshin et shisei

- vigilance : garder du lien,

- « donner une image d'ensemble de votre aïkido »

- maîtriser votre attitude émotionnelle.

Quelques commentaires du jury pendant les passages :

« connaître au minimum 3 kokyu nage par attaque » ,

« veiller à l'anticipation et à la continuité en hammi handachi waza »,

« garder une présence entre les techniques, (regard, distance) »,

« présence, engagement et détermination »,

« pour un 4° dan on doit voir ton aïkido ».

Le sérieux des candidats et l'engagement des jurys dans leurs observations nous a permis, nous l'espérons, de répondre aux attentes.

La dernière préparation aux passages dan sera une mise en situation d'examen en respectant les programmes et les durées réglementaires.

Un grand merci aux membres du jury pour leur présence et aux futurs candidats pour leur confiance.

Bruno Rivière