

**LA GAZETTE**  
**DU**  
**JUDO KWAI LAUSANNE**

---



N° 11

OCTOBRE 1997

---

---

## EDITORIAL

### Histoire de sol (suite...et pas fin).

Quel a dû être votre désarroi à la rentrée, en septembre, en constatant que votre tatami préféré ne présentait aucun signe évident d'attendrissement à votre égard... Pourtant, le président avait bien annoncé que d'importants travaux seraient entrepris cet été?! Qu'une nouvelle surface plus élastique, un véritable trampoline, serait installée?! Que dorénavant vous ne sentiriez même pas l'impact de la plus hostile des chutes?!

Pardieu!, que s'est-il passé? Aurait-on remplacé les pneus promis par des jantes alus? Ou bien, par précaution, aurait-on décidé de renforcer au béton armé quelques tatamis? Ne cherchez pas si loin: les fameux travaux de transformation prévus n'ont jamais eu lieu. Tout simplement.

La raison? Elle est avant tout à chercher parmi les finances resplendissantes de la capitale vaudoise. Un crédit bloqué n'a jamais été le meilleur des moyens pour restaurer d'un coup deux dojos, le nôtre et celui de notre cousin et voisin, le Budokan. Une volte-face de notre club quant à une éventuelle participation audits travaux n'a, en outre, pas arrangé le problème. C'est un euphémisme...

Notre ténacité légendaire me permet toutefois d'espérer que la rénovation n'est « que » repoussée à l'été prochain. Ne maîtrisant pas seul toutes les données du problème, je ne vous ferai aucune promesse. Cependant, j'imagine déjà quelques judokas bien bronzés (l'été 1998 sera très chaud) chutant avec le sourire et une béatitude non dissimulée sur notre nouveau revêtement, le plus moelleux d'Europe occidentale.

Le président du Judo Kwai Lausanne :

*François Chavanne*

## REMERCIEMENTS

Nous remercions les annonceurs qui ont contribué à la concrétisation de cette édition de *La Gazette du Judo Kwai Lausanne*.

## Lettre ouverte à

### FRANCIS FAVROD



Cher Francis,

J'aimerais au nom du club te dire un chaleureux merci à toi qui, pendant environ 7 ans, dirigeas les équipes suisses espoirs-juniors et élite.

Nous avons éprouvé une grande fierté lorsque tu as été nommé entraîneur national et savons que tu as tout sacrifié pour donner le meilleur de toi aux membres des équipes suisses, que tu as reprises avec beaucoup de courage alors que tout était à refaire, les champions s'étant retirés.

Maintenant c'est un autre qui bénéficie de ton immense travail et de ton engagement et c'est profondément injuste et frustrant pour toi de n'avoir pu aller plus loin, pour faire sortir quelques champions.

Nous savons que c'est très dur pour toi et voulons t'assurer de notre soutien et de notre estime.

Nous te prions de transmettre tous nos remerciements à Edmée, ta secrétaire, pour son engagement auprès de toi.

Avec toute notre amitié.

*Michèle Clerc*



**VENTE À L'EMPORTER**

**58 , Av. du Grey , 1018 Lausanne**

**Tél. (021) 647 74 86**

## BONN

CHAMPIONNATS INTERNATIONAUX D'ALLEMAGNE DE JUDO

les 6 et 7 septembre 1997

Meilleurs classés parmi les Suisses :

Hommes	jusqu'à 78 kg	3 <sup>ème</sup>	ASCHWANDEN Sergei, JKL
		5 <sup>ème</sup>	ISCHIER Dominique
Dames	jusqu'à 48 kg	3 <sup>ème</sup>	KURATH Monika
	jusqu'à 52 kg	3 <sup>ème</sup>	SCHMUTZ Isabelle, JKL
	jusqu'à 61 kg	7 <sup>ème</sup>	TENNLER Brigitte

Félicitations à tous!

---

## CARNET ROSE

*Tobias Patrick Lutzig*

est né le 18.07.97

Tous nos meilleurs voeux à l'heureuse famille!

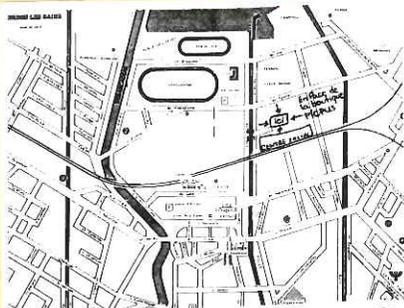
---

## BON RÉTABLISSEMENT

Nos souhaits de rapide remise sur pieds vont à

*Bertrand Sirejols*

que nous espérons revoir bientôt en pleine forme sur le tatami.



◆ Association à buts social et récréatif ◆

aide aux jeunes sans emploi

activités variées organisées pour jeunes de 14 à 25 ans

cours de Kung-Fu Wushu pour débutants et avancés dès 12 ans

Rue des Pêcheurs 8b - 1400 Verdon-les-Bains

Renseignements : 024 / 425.56.17 (de 08h30 à 12h00 et de 13h00 à 18h30)

## TOURNOI DE MACOLIN

Dimanche 7 septembre 1997

Hommes	- 78 kg	2 <sup>ème</sup>	DECOSTERD Dumeng
	- 86 kg	1 <sup>er</sup>	FÜRST Marcel
Juniors	- 60 kg	1 <sup>er</sup>	SCHNIDRIG Andrin
Dames	- 66 kg	1 <sup>ère</sup>	CRITTIN Nathalie
	- 48 kg	3 <sup>ème</sup>	MONNARD Cynthia
Juniors Dames	- 61 kg	1 <sup>ère</sup>	ZOBRIST Réhane
	- 45 kg	7 <sup>ème</sup>	TOUATI Jeremy

Félicitations à tous!

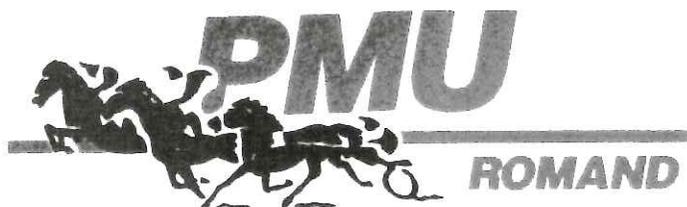
Schenker Stores SA Le Mont

Montage - Réparations

Tél. 021.652 94 57

**Schenker**  
**Stores**

## PARI MUTUEL URBAIN ROMAND



### SOCIÉTÉ DE LA LOTERIE DE LA SUISSE ROMANDE

14, AVENUE DE PROVENCE - 1007 LAUSANNE - TÉL. (021) 626 23 23 - FAX (021) 626 09 19

## CHAMPIONNAT SUISSE DE LNB

Mardi 9 septembre 97, 1<sup>er</sup> tour : JC Galmiz, Samurai Bernex I, JK Lausanne II.

JC Galmiz - Samurai Bernex I: 2 - 8

JK Lausanne II - JC Galmiz : 8 - 2

-65	BONZON Yvan	2 pts
-78	HAYASHI Gen	2 pts
-86	BEAUSIRE Thierry	2 pts
+86	BERNAU Fabien	2 pts

JK Lausanne II - Samurai Bernex : 8 - 2

-65	BONZON Yvan	2 pts
-78	SCHLUP Sébastien	2 pts
-86	SUEUR David	2 pts
+86	BERNAU Fabien	2 pts

Bravo à tous!

## SHOPPING

Il est possible de se procurer du matériel spécialisé à notre Dojo de Mon-Repos.

Ainsi vous y trouverez des :

Judogis Mizuno  
ceintures  
casquettes Mizuno

T-shirts à l'effigie du club  
brochures sur le Judo  
etc...

Les prix sont tout à fait abordables.

Pour tout renseignement et pour vos achats le secrétariat du club est ouvert :

le mardi	de 18h15 à 19h15
le mercredi	de 14h00 à 19h00
le vendredi	de 18h15 à 20h15

Le bénéfice de l'expérience  
Le goût de l'innovation

Concept nutritionnel



IMPORTATEUR-DISTRIBUTEUR-CONCEPTEUR  
Tél. 021/729 65 66 FAX 021/729 61 66

Chers amis sportifs

**NOS OBJECTIFS :**

- Vous apporter :
- Une gamme d'aliments à haute valeur énergétique, respectueux de l'homme et de son environnement (qualité biologique).
  - Une information actualisée sur la nutrition évolutive et sportive.

**NOS ALIMENTS (entre autres) :**

Céréales complètes - Oléagineux et fruits secs - Huiles végétales vierges de première pression à froid - Aliments verts concentrés à haute teneur enzymatique - Barres énergétiques - Produits de la ruche - Algues marines et d'eau douce - Galettes de céréales - Gamme Kousmine (Budwig).

**NOS AUTRES PRESTATIONS :**

- Elaboration d'un concept nutritionnel spécifique, à la demande d'un groupe ou d'un sportif d'élite.

- Mise à disposition de littérature adaptée par brochure, revues ou livres (dont, SANTÉ ET VITALITÉ PAR L'ALIMENTATION VIVANTE - UNE RÉVOLUTION DIÉTÉTIQUE par JACQUES-PASCAL CUSIN, Ed. ALBIN MICHEL 1996)

**OÙ NOUS TROUVER ?**

Auprès de 400 points de vente dans toute la Suisse, dont de nombreux magasins d'alimentation saine et centres sportifs, quelques épiceries, drogueries, pharmacies, restaurants et hôtels.

(Liste sur demande)

A votre service  
Hima la Vie  
Jean-Pierre HIRSBRUNNER

**JUDO ET JU-JITSU**

Dès octobre 1997

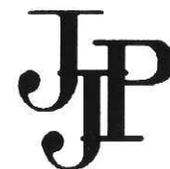
Dimanche matin, entraînement facultatif pour tous de 09h30 à 11h30  
Au dojo du JKL, Av. Tribunal Fédéral 4

**Programme :**

Saluts	Rei
Positions	Shisei
Déplacements	Shintai
Chutes	Ukemi
Initiation aux Katas	

**Organisation et renseignements :**

Max Stutzmann  
3<sup>ème</sup> Dan Judo et Ju-Jitsu



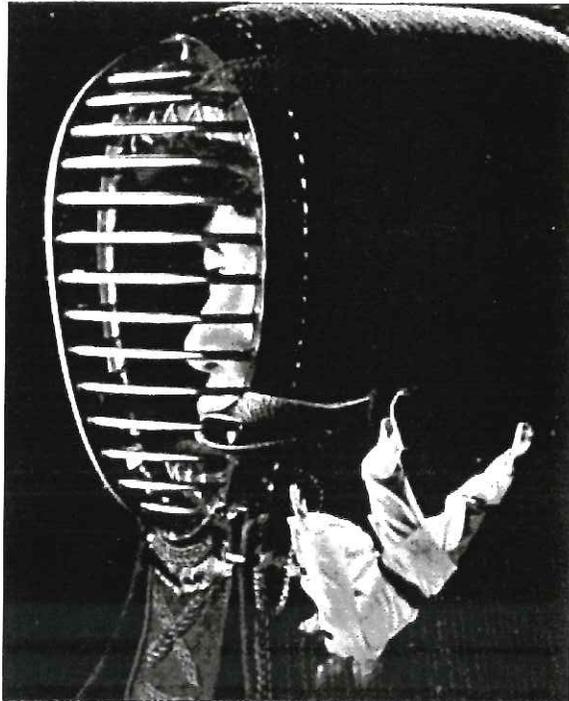
**CONSTRUCTIONS MÉTALLIQUES**

**Jean-Jacques Pahud et Fils S.A.**

Maîtrises fédérales

Rue de Genève 46 1000 Lausanne 9 Tél. 021 625 66 11 Fax 021 624 47 36

# Leo Gisin SA



**Boutique japonaise pour**  
Arts martiaux Aménagements intérieurs Antiquités

Représentation pour la Suisse de MIZUNO

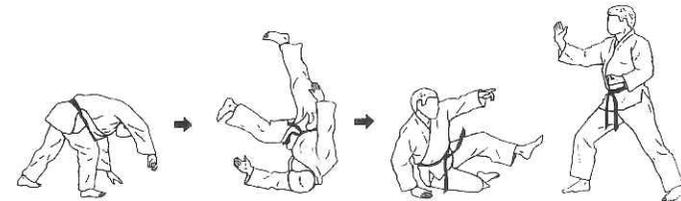
Prattelerstrasse 3 CH - 4132 Muttenz 1  
Tél. 061/ 462 18 00 Fax 061/ 462 18 03

## LE JU - JITSU

Les Ukemis. (suite)

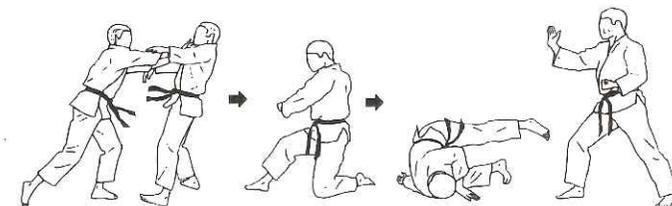
### 1.- Mae-ukemi (chute vers l'avant).

Elle consiste à avancer une jambe et à rouler autour du bras correspondant. La tête est rentrée, le bras arrondi et dans l'axe du corps, l'épaule bien avancée. On descend le buste vers le sol et on pousse sur la jambe arrière pour déclencher la roulade. En combat, c'est l'action de l'adversaire qui déclenche la chute et il faut alors diriger le corps. Le contact se fait sur l'extérieur du bras, l'extérieur de l'épaule, puis le flanc opposé. La jambe arrière est repliée quand elle arrive au sol, pour permettre de se relever et faire un demi-tour.



### 2.- Ushiro-ukemi (chute vers l'arrière).

Sur un déséquilibre arrière on fléchit les jambes jusqu'à la position accroupie, assise sur les talons ou on recule une jambe en la fléchissant, on s'assied et on roule en arrière par-dessus l'épaule, tête rentrée. On se relève directement en garde.



### 3.- Yoko-ukemi (chute latérale).

Cette forme de brise-chute n'est pas plus difficile à exécuter que la précédente, si vous êtes parvenu à bien coordonner les diverses phases de son déroulement; elle peut se réaliser, suivant le cas, sur le côté droit ou gauche.

Marcel Python  
7<sup>ème</sup> Dan Judo et Ju-Jitsu

## SECTION D'ÉPALINGES

Dojo de La Croix-Blanche à Epalinges

### HORAIRES D'ENTRAÎNEMENT

Lundi	16h00 à 17h00	Enfants débutants dès 7 ans
	17h00 à 18h00	Enfants ceinture jaune et orange
	18h00 à 19h00	Enfants dès ceinture orange
Mardi	10h00 à 11h00	Yoga
	19h30 à 21h00	Ju-Jitsu débutants dès 15 ans
	21h00 à 21h30	Kata, préparation aux examens
Mercredi	16h00 à 17h00	Enfants débutants dès 7 ans
	17h00 à 18h00	Enfants débutants et avancés
	19h30 à 21h00	Ju-Jitsu débutants et niveau moyen
Jeudi	10h00 à 11h00	Yoga
	19h30 à 21h00	Ju-Jitsu avancés
	21h00 à 21h30	Kata, préparation aux examens

Fermé le mercredi

Grand parking



Spécialité maison "le bonjour"  
Grand choix de menus - Cuisine bourgeoise

Mariage de cuisine suisse, française et italienne  
Salle pour banquets (10 à 500 personnes)

Croix-Blanche 27  
1066 Epalinges

Odile & Nicola Miceli

Tél. 021/ 784 06 09  
Fax 021/ 784 06 23

## AGENDA

09-12.10.97	Championnat du Monde de Judo	Paris
18.10.97	Examens de Dan de Judo et Ju-Jitsu	Berne
18.10.97	2T CSPE LNA JKL/HS Morat/EJ Dégaiiller Yverdon	Morat
18-19.10.97	Cours moniteur 1 J+S, Judo, Ju-Jitsu	Yverdon
19.10.97	Championnat Suisse de Kata	Spiez
21.10.97	2T CSPE LNB Morges/JC Genève/JKL	Morges
02.11.97	Championnat romand individuel de Judo	Colombier
08.11.97	Cours AVJJ de Ju-Jitsu, M. Python 0830/1230	Yverdon, JK
08.11.97	3T CSPE LNA JKL/JC Nidau/JT Regensdorf	Nidau
08.11.97	4T CVPE écoliers, JKL/Morges/Nyon-Coppet-Founex-Arzier/Les Cullayes/Rolle	Morges
09.11.97	Tournoi international de Judo écoliers	Cortailod
11.11.97	3T CSPE LNB Romont/JKL/Cortailod	Romont
13-16.11.97	Championnat d'Europe juniors de Judo	Ljubljana/SLO
15.11.97	Examens de Dan de Judo	Lausanne, JK
22.11.97	Finales Championnat suisse indiv. de Judo	Bienne
29.11.07	Finales CVPE de Judo écoliers et espoirs	Apples
03-05.12.97	Examens de Kyu de Judo JKL	Lausanne
06.12.97	Examens de Dan de Judo et Ju-Jitsu	Fribourg
06-07.12.97	Swiss Open de Judo	Bâle
09.12.97	4T CSPE LNB Carouge/JKL/EJ Mikami Lausanne	Carouge
13.12.97	4T CSPE LNA JKL/SC Nippon St-Gall/JC Bienne	St-Gall
13.12.97	Tournoi de Noël de Judo enfants (matin)	Lausanne, JK
13.12.97	Championnat international par équipe + Rencontre triangulaire femmes (après-midi)	Lausanne, JK

Prochain tirage de la Gazette mi-décembre. Prière de déposer les articles à faire paraître dans la "boîte Gazette" au secrétariat jusqu'au **28 novembre**. Merci d'avance.