

La Gazette





No 53 juin 2008

EDITORIAL

Samedi 31 mai s'est déroulée à Berne, comme chaque année, l'assemblée des délégués qui réunit les présidents des clubs de judo et de ju jitsu. L'assemblée générale de la FSJ. Programme relativement peu chargé à part le morceau appelé "Concept de développement FSJ 2016". De quoi s'agit-il?? En 2007, cette même assemblée a donné son accord pour lancer un projet qui doit s'occuper de l'avenir de la FSJ. Un groupe de travail a été mis sur pied avec plusieurs objectifs distincts: 1) les membres de la FSJ doivent avoir une vision commune en relation avec les caractéristiques propres au judo et au ju jitsu, 2) il faut se réorienter afin de mieux prendre en compte les besoins des membres et il faut faire un effort pour développer le sport de masse, 3) il faut renforcer l'efficacité des différents départements de la FSJ et 4) la FSJ doit être gérée selon des principes modernes appelés "Corporate Gouvernance" où les règles de gestion et de contrôle sont améliorés.

Cela représente donc un assez grand chamboulement avec pour perspective une amélioration nette du fonctionnement de la FSJ. Il y a déjà pas mal de travail qui a été fait mais une version plus élaborée et chiffrée avec un budget n'a pas pu être présentée aux délégués. L'enjeu du vote était de savoir si on laisse le groupe de travail continuer sur sa lancée ou si on l'arrête. Le vote n'a pas été facile mais la poursuite des travaux a été acceptée. Les personnes en charge de ce projet ont maintenant quelques semaines pour peaufiner leur copie et la faire parvenir aux clubs; ceux-ci seront réunis en assemblée extraordinaire au mois de septembre et c'est lors de cette réunion que les diverses propositions seront discutées et votées.

Il était nécessaire de changer la structure et le mode de travail de la FSJ; est-ce que ce qui nous a été proposé est le bon choix? Je ne peux pas encore le dire mais les choses bougent, il y a des gens motivés pour avancer et c'est déjà pas mal. Je vous tiendrai au courant de l'évolution de ce projet dans une prochaine Gazette.

Le président du JKL:	
	Philippe Schneiter

Photo de couverture:

Les cours de maintien au JKL

Les Lausannois en Lituanie

La Lituanie? Euh ... oui bien sûr. Il s'agit d'un des trois petits états baltes, anciennement soviétiques, n'est-ce pas?

Vilnius? Hem ... sa capitale sans doute. C'est ça, non?

Kaunas? Alors là, désolé. Non, je ne vois pas.

Et pourtant, Kaunas est la seconde ville du pays, deux fois plus peuplée que notre capitale olympique, bien connue.

L'équipe suisse juniors (moins de 20 ans) a donc amélioré ses connaissances géographiques avant de se rendre, le week-end de l'Ascension, au deuxième des quatre Tournois internationaux A de son programme 2008.

Les "Tournois A", également dénommés "World Cup", sont des compétitions réservées aux membres des équipes nationales. Contrairement à d'autres manifestations, un club ne peut y annoncer directement ses compétiteurs. Le niveau est donc particulièrement relevé. En 2008, plusieurs pays européens ont inscrit un Tournoi International à leur calendrier: Portugal, Estonie, Russie, Lituanie, Ukraine, France, Autriche, Hongrie, Pologne, Tchéquie, Allemagne et Turquie.

L'équipe suisse en a sélectionné quatre pour son programme annuel: Portugal, Lituanie, France et Allemagne. Ces compétitions sont à la base des critères de sélection pour les échéances de fin d'année: Championnats d'Europe à Varsovie (12-14 septembre 2008) et Championnats du Monde en Thaïlande (16-19 octobre 2008). Pour être sélectionné(e), il faudra non seulement s'avérer être le meilleur Suisse (chaque pays ne peut inscrire qu'un seul représentant par catégorie de poids), mais également obtenir 1 podium dans un Tournoi A pour les Championnats d'Europe et 1 podium, ainsi qu'une place dans les 7 premiers d'un Tournoi A pour les Championnats du Monde.

L'équipe suisse s'est donc déplacée en nombre pour le Tournoi de Lituanie. Et parmi la délégation helvétique comprenant 7 filles et 6 garçons, on dénombrait pas moins de 6 Romands, tous issus des équipes de Judo Kwai Lausanne-Horizon. Malgré une forte représentation des délégations des pays de l'est, les résultats ont été à la hauteur des espérances et plusieurs de nos jeunes sont très bien placés en vue d'une sélection pour les grandes échéances de cet automne.

Pub

Easy

Document

Résultats des représentants de JK Lausanne-Horizon au Tournoi A de Lituanie Juniors:

Emilie Amaron (-57 kg): 1ère

Maïté Eisner (-63 kg): non-classée Alexandrine Briaux (-70 kg): 3ème

Valentin Rota (-55 kg): 2ème

Vincent Ferrier (-73 kg): non-classé

Mike Chavanne (-81 kg): 5ème place à laquelle s'ajoute un 3ème rang obtenu

précédemment au Tournoi A du Portugal

Les prochaines échéances pour nos jeunes compétiteurs:

(17-18 mai: Tournoi A de France à Lyon) 16-17 août: Tournoi A d'Allemagne à Berlin

François Chavanne



1005 LAUSANNE A.V. Mon - Repos 14 Tel. 021/3234313

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

Concept nutritionnel



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

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

COURS DE MAINTIEN

Ha! Aujourd'hui j'ai mal au dos et je ne peux plus me baisser. Hier, j'ai voulu attraper cet objet sur le tablard et je me suis décroché les reins. Normal, il faut entretenir votre corps, assouplir vos muscles qui se recroquevillent avec les années, retrouver une certaine mobilité dans les articulations après des jours et des années de mouvements répétitifs au travail, garder le sens de l'équilibre et de la coordination des mouvements. Bref, maintenir son corps en bon état.

C'EST CE QUE LES COURS DE MAINTIEN DONNES AU JUDO KWAI LAUSANNE VOUS PROPOSENT!!

Maître Katanishi, professeur japonais de judo et de culture physique donne ces cours de maintien, pendant les périodes scolaires et depuis plus de vingt ans (!), les mardis et vendredis de 9h à 10h15, au dojo de Mon-Repos.



Ces cours sont destinés à toute personne, quel que soit son âge et ses possibilités physiques, désireuse, dans une bonne ambiance, de tout faire pour rester en forme le plus longtemps possible. Les exercices se font lentement de façon à ne pas brusquer l'organisme et à faire progressivement travailler tous les muscles et articulations. Chacune et chacun les fait selon ses possibilités et son agilité. Assis, sur le dos, à plat ventre, debout, en équilibre ou en déplacement, tout le corps travaille. Training, t-shirt sont des tenues idéales. Pieds nus ou en chaussettes, les exercices se font sur des tapis de judo appelés tatamis. Des vestiaires et des douches sont à disposition.

ERN (5 **BUDO-SPOR**

Equipement pour tous les arts martiaux

On trouve au secrétariat du Judo Kwai Lausanne kimonos, ceintures, sacs, brochures judo enfants, macarons, autocollants, etc...





Neuengass-Passage 3, 3011 Bern Tel. 031 311 13 63 info@budosport.ch

www.hiku.com

Alors n'attendez plus, venez nous rejoindre au dojo et, si vous hésitez, vous serez les bienvenus comme spectateurs à nos cours.

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez contacter le secrétariat, par téléphone, le mercredi après-midi de 14h30 à 18h30 et le mardi et le vendredi de 18h30 à 19h30 au 021 323 83 94 ou par mail: <u>info@judokwailausanne.ch</u>

A bientôt, on vous attend!!

R. Simecek





Félicitations

Le Comité du Judo Kwai Lausanne félicite chaleureusement les personnes ci-dessous pour leur réussite aux examens de Judo et Ju-Jitsu et les encourage à continuer dans leur progression.

Nouveaux gradés Judo

Ceinture noire 1er DAN

Alexandrine Briaux - Maïté Eisner - Vincent Ferrier - Yasumi Katanishi

Ceinture marron

Danaël Chuard - Paul Eisner - Cédric Le Franc - Loup Martinez - Sibylle Pichler - Manon Stirnimann

Ceinture bleue

Delphine Camacho - Yann Chilvers - Marco Citti - Michael Crottaz-Schneiter - Pierre Gabet - Elsa Gabriel - Aron Grazioli - Lionel Hofmann - Zurab Kobidze - Benoît Le Franc - David Oriol - Alexandre Owlya - Nicolas Owlya - Thibault Rutschmann

Ceinture verte

Yannick Auberson - Kevin Baly - Luca Baume - Robin Beerens - Paul Betti - Anthony Bezençon - Arnaud Bonvin - Virginie Cauderay - Melissa Corboz - Léo Corsini - Isaac Eggli - Maxime Hoffmann - Sacha Martinez - Paul Maxence Maunoir - Estelle Mockers - Sébastien Pittet - Guillaume Schilter

Ceinture orange

Benjamin Ansermet - Lena Bauwens - Gaëtan Beboux - Léo Beyeler - Nicolas Buchwalder - Antoine Camacho - Nolan Chappuis - Paul Denuault - Naïm Dhrif - Elias Eiselé - Nabila El Hassani - Michel-Bony Essomba - Ridwane Faure - Clément Furlan - Anaïs Gabriel - Thibaud Gerster - Marie Doan Jacot-Descombes - Eric Jolles - Myriam Kaeppeli - Nathan Lovo - Yann Magnollay - Jennifer Maret - Jade Marie d'Avigneau - Nuno Miranda-l

Morellec - Alexandre Pignat - Simon Pittet - Marius Porteboeuf - Louis Preisig - Gauthier Py - Nicolas Reber - Vanessa Terroso - Ivan Vecerina - Luka Vecerina - Mathavan Vetharaniyam - Richard Vulliens - Nathan Weber - Nikolay Zhurov

Ceinture jaune

Jonathan Amstutz - David Alexandr Arias -Kaeylah Avery - Alexy Bonnin - Nathalie Boy de la Tour - Guillaume Buob - Victor Burdet -Marco Camuti - Bryan Cornu - Benoit Curchod -Colin Devenoge - Antony Dias Vumi -Emmanuel Dias Vumi - Augustin Doll - Jules Dormenval - Thibault Doumenc - Guillaume Dutoit Ruiz - Jean-Pierre Evmann - Romane Gaudin - Matthias Glaus-Isler - Elisa Hahne -Houdaifa Ilkhwildy - Thaïs Jaquet - Lucas Jemelin - Natsumi Jorand - Yuuta Jorand -Grégoire Kraehenbühl - Jocelin Lipp - Marthe Maerten - Lorenzo Marques - Louise Scarlette Maunoir - Geverson Meylan - Emilienne Mosnier - Thomas Müller - Marius Nicollier -Aliénor Nussbaum - Antoine O'Connor - Marc Ogay - Sammie Papilloud - Nathan Pelet -Arthur Pellegrino - Nicolas Pfyffer - Frédéric Piguet - Tania Pizzaia - Guillaume Ramuz -Antoine Renaud-Goud - Arnaud Rerat - Léa Richardet - Noé Rossinelli - Vincent Rouquier -Maxime Saillen - Piotr Samulewicz - Luca Severino - Vasiliy Sidorov - Clotilde Sierro -Aidan Slack-Watkins - Elodie Steffen -Amandine Syrvet - Kevin Syz - Nicolas Syz -Ma Pauteo Vecerina - Thomas Wurgler - Jaï Zangger

Nouveaux gradés Ju-Jitsu

Ceinture noire 5e DAN

Max Stutzmann

Ceinture noire 2e DAN

François Meylan

Ceinture noire 1er DAN

Sandeep Pai - Marie Signori

Ceinture verte

Guillaume Azarias - Sébastien Fleury - Francis

Mockers - Elisabeth Ravier

Ceinture orange

Steve Christin - Ricardo Gonzalez - Yoann Länzlinger - Francis Monot - Simon Parker -Céline Petit - Vince Thabuis - Baptiste Vaucher

- Florence Von Niederhäusern

Ceinture jaune

Dominique Cotting - Luisa Jorand - Nicolas Jorand - Bastian Marquis - Blaise Ruchat -Krzysztof Samulewicz - Pablo Varela Pardo

Les informations sont tirées des résultats d'examens pour la période du 31.08.2007 au 11.06.2008, n'hésitez pas à annoncer toute erreur ou omission à info@judokwailausanne.ch.

ॏ**ॎ≣⊙√⊙**X - le pro de la vidéo



- Transferts de films N-8/ S-8/ 16mm sur DVD
- Transferts de tout format vidéo sur DVD
- Duplications CD et DVD
- Revendeur Casablanca
- Location de matériel vidéo pour salles de conférence



Avenue des Bains 40 - 1007 Lausanne - Tél. 021/601.11.15 Fax 021/601.11.13 e-mail: videovox.finazzi@bluemail.ch

Le judo vaudois de retour au sommet!

Très vite, le débutant découvre que le judo est un sport de partenariat et d'entraide mutuelle. Sur le tatami, l'ancien transmet au moins expérimenté. Le débutant permet au plus gradé, à travers son observation et ses explications, d'approfondir ses propres connaissances. La collaboration engendre la progression.

Le judo est aussi un sport de compétition individuelle. Avec son lot de sacrifices et d'épanouissement personnels, d'égocentrisme et d'isolement parfois.

Mais pratiqué en compétition par équipes, le judo sublime ses valeurs originelles: amitiés, respect, courage. Il devient une école de vie où les rapports humains prennent une dimension insoupçonnée. Quoi de plus enrichissant à proposer à un groupe d'ados ou jeunes adultes.

En ce sens, le Championnat Suisse par Equipes Cantonales Espoirs/Juniors remplit merveilleusement bien cette fonction. L'équipe est formée de 4 filles et 5 garçons, Espoirs (14-16 ans) ou Juniors (17-19 ans), issus de clubs des quatre coins du canton.

Animés d'un objectif commun, les liens se resserrent. Les plus grands soutiennent les plus jeunes. Ceux-ci laissent alors éclater leur enthousiasme. Les différentes origines de club sont oubliées au profit du collectif.

En ce premier week-end de juin, l'association des deux Bâle (ville et campagne) organise l'édition 2008. Le gratin de la relève du judo helvétique est présent. L'équipe vaudoise avait remporté la première édition, qui s'était déroulée sur ses terres à Yverdon dans le cadre d'Expo02. Depuis, le succès boude notre équipe cantonale.

Cette année, la sélection vaudoise parait très vite redoutable avec dans ses rangs quatre internationaux et un collectif très homogène. Le Judo Kwai Lausanne et Horizon forment l'ossature de la formation: Emilie Amaron, Alexandrine Briaux, Natacha Bello, Manon Stirnimann, Mike Chavanne, Vincent Ferrier et Danaël Chuard. Thierry Jorge (JC Montreux), Simon Rosset (JC Morges), Paul-Camille Genton (EJ Yverdon) et Florian Billarant (BK Pully) complètent l'effectif. L'équipe est jeune, sans aucun Junior de dernière année.

Techniquement souvent au-dessus du lot, motivés, solidaires, la sélection vaudoise affiche rapidement ses ambitions. Les victoires s'enchainent jusqu'à la finale:

17-1 face à Bâle

14-4 face à Zürich

14-4 face à Fribourg

10-8 face à Saint-Gall/Thurgovie

La dernière rencontre oppose notre formation à la sélection du canton de Berne. Décidément, ce n'est pas le jour du "suspens". Et le "gong final" se fait fort discret. Les ippons s'enchaînent rapidement: ude-hishigi-juji-gatame de Vincent sur son pourtant camarade de LNA Valentin Rota, ippon-seoi-nage d'Alexandrine et Manon, uchi-mata d'Emilie, Mike et Thierry. Le score final est sans appel: 14 à 4 pour les Vaudois.

La joie, intense, naturelle et méritée, se manifeste sans exubérance, dans le respect dû au vaincu. Décidément, l'équipe est exemplaire.

Bravo à vous tous, jeunes gens. Bravo aux entraîneurs de club. Bravo au coach du jour, Alain Jotterand.

François Chavanne





Remerciements

Nous remercions tous les annonceurs qui ont contribué à la concrétisation de ce numéro de la Gazette du Judo Kwai Lausanne.

Félicitations

Nouvelles ceintures brunes au JKL, le 06.06.2008.



Fermé le lundi



Grand parking

Auberge communale d'Epalinges La Romantica

Croix-Blanche 27 1066 Epalinges

Nicola Miceli

Tél. 021/784 06 09 Fax 021/784 06 23

Résultats

TOURNOI NATIONAL DE SIERRE

Les 24 & 25 mai 2008

CATEGORIE	RANG	NOM & PRENOM	POIDS
Ecolière	3	Camacho Delphine	- 40 kg
Ecolier B	1	Citti Marco	- 40 kg
Ecolier B	3	Schilter Guillaume	- 40 kg
Espoir	3	Chuard Danaël	- 60 kg
Espoir	1	Eisner Leila	- 63 kg
Junior	3	Eisner Leila	- 63 kg
Junior	3	Zinniker Muriel	+ 63 kg
Junior	1	Ferrier Vincent	- 66 kg
Junior	3	Farinelli Julien	- 81 kg
Junior	3	Eisner Maïté	- 63 kg
Elite	3	Eisner Maïté	- 63 kg
Junior	2	Briaux Alexandrine	+ 63 kg
Elite	2	Briaux Alexandrine	+ 63 kg
Junior	1	Chavanne Mike	- 90 kg
Elite	1	Chavanne Mike	- 90 kg
Elite	2	Theurillat Clément	- 73 kg

Résultats (suite)

TOUR FINAL DU TOURNOI PAR EQUIPE 2008

RESULTATS DU DERNIER TOUR, POULE DE CLASSEMENT 1-4

Judo-Club Bussigny	 Judo Kwai Lausanne I 	8	26	- 8	40
Judo-Club Cortaillod	- SDK Genève	8	30	- 8	30
Judo-Club Bussigny	 Judo-Club Cortaillod 	10	39	- 6	30
Judo Kwai Lausanne I	- SDK Genève	12	45	- 4	7
Judo-Club Bussigny	- SDK Genève	10	38	- 6	25
Judo Kwai Lausanne I	- Judo-Club Cortaillod	13	45	- 3	10

CLASSEMENT FINAL, RANG 1-4

		P. cl.	P. vi.	P. va.
1	JUDO KWAI LAUSANNE I	6	33	130
2	JUDO-CLUB BUSSIGNY	4	28	103
3	SDK GENEVE	1	18	62
4	JUDO-CLUB CORTAILLOD	1	17	70

RESULTATS DU DERNIER TOUR, POULE DE CLASSEMENT 5-9

JKL - Section d'Epalinges	 Judo-Club Pompaples 	5	20	- 11	50
Judo Kwai Lausanne II	- Judo-Club Ballens	10	32	- 6	13
JKL - Section d'Epalinges	- Judo-Club Cheseaux	6	23	- 10	50
Judo-Club Pompaples	- Judo Kwai Lausanne II	11	50	- 5	20
Judo-Club Ballens	- Judo-Club Cheseaux	5	20	- 11	50
JKL - Section d'Epalinges	- Judo Kwai Lausanne II	8	35	- 8	40
Judo-Club Pompaples	- Judo-Club Ballens	3	10	- 13	46
Judo Kwai Lausanne II	- Judo-Club Cheseaux	6	20	- 10	40
JKL - Section d'Epalinges	- Judo-Club Ballens	8	25	- 8	30
Judo-Club Pompaples	- Judo-Club Cheseaux	4	20	- 12	60

CLASSEMENT FINAL, RANGS 5-9

		P. cl.	P. vi.	P. va.
5	JUDO-CLUB CHESEAUX	8	43	200
6	JUDO-CLUB BALLENS	4	32	109
7	JUDO-CLUB POMPAPLES	4	29	130
8	JUDO KWAI LAUSANNE II	4	29	112
9	JKL - SECTION D'EPALINGES	0	27	103

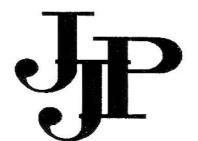
Jeux Olympiques

Félicitations à **Sergei Aschwanden** qui, à la faveur d'une saison encore une fois exceptionnelle (et changer de catégorie au milieu d'une saison de qualification olympique, tout le monde n'ose pas...) se qualifie pour les Jeux Olympiques de Pékin.



Nous serons très attentifs le 13 août 2008 pour les -90 kg Magnifique performance, bravo et M....!

JKL



Jean-Jacques Pahud S.A.

CONSTRUCTIONS MÉTALLIQUES

MAÎTRISES FÉDÉRALES

Rue de Genève 46 Case postale 7169 1002 LAUSANNE Tél. 021 625 66 11 Fax 021 624 47 36 E-mail: info@jjp.ch

Grade de 5^{ème} Dan de ju-jitsu à titre émérite pour Max Stutzmann

Lors de sa séance du 18 janvier 2008 la Commission Dan Ju-Jitsu (CDJJ) a octroyé à M. Max Stutzmann, né le 12.06.1933, membre du Judo Kwai Lausanne, le grade de 5ème Dan à titre émérite pour son très grand engagement pour la diffusion du ju-jitsu et du judo sur le plan régional. Agé de 75 ans, Max Stutzmann, également 5ème Dan de judo, est un budoka actif depuis 1968 sur les tatamis, soit depuis 40 ans. Le grade lui a été remis le 13 mars 2008 dans le cadre de l'assemblée générale annuelle du Judo Kwai Lausanne.

Nous lui adressons nos vives félicitations et souhaitons que son état de santé lui permette de pratiquer encore longtemps les disciplines qui l'ont toujours passionné.

Pour la Commission Dan Ju-Jitsu de la FSJ : Marcel Python

Judo et voyages font bon ménage

Voyages Chailly

Pont de Chailly - Lausanne

matias aschwanden

Propriétaire

Av. de Chailly 4 Tél. (021) 652 32 05 Pont de Chailly Fax. (021) 652 50 60

1012 LAUSANNE E-mail: chailly.voyage@urbanet.ch

Nos heures d'ouverture:

De Lundi à vendredi: 8h30-12h30 14h-18h30 samedi: 9h-12h

Informations à l'intention des candidats(es) à un grade Dan judo ou ju-jitsu. (première partie)

L'autodéfense est la source des arts martiaux et des sports de combat modernes. Chaque civilisation a probablement connu des techniques et des systèmes de combat. Le **JUDO** (voie de la souplesse) est né au Japon.

Après avoir étudié le **JU-JITSU** (l'art d'autodéfense des guerriers japonais) auprès de plusieurs vieux Maîtres **JIGORO** KANO fonda sa propre école de ju-jitsu dans un temple bouddhique en 1882, le **KODOKAN** (endroit pour étudier la voie). Là, il enseignait sa synthèse des meilleures techniques du ju-jitsu, complétée par **UKEMI** (les techniques de chute contrôlées) développées par lui-même. C'est aussi lui qui a inventé le judogi (l'habit du judo). Pour exprimer en même temps le respect des sources ainsi que la particularité de son art il l'appelait **JUDO KODOKAN**. Jitsu, l'habilité dans le combat, était toujours l'objet mais plus le but de l'exercice. **DO**, la voie du perfectionnement de l'homme était l'intention essentielle de Jigoro Kano.

En guise de points de repère sur la Voie Jigoro Kano a formulé deux maximes :

- 1. SEIRYOKU ZENYO (meilleur usage de l'énergie) C'est le principe technique-tactique du judo
- 2. JITA KYOEI (vivre en harmonie pour le bien de tous) C'est le principe éthique du judo

Selon Jigoro Kano il s'agit de toujours essayer faire le meilleur usage de l'énergie dans l'étude des attaques et des défenses et d'en faire ainsi le véritable objet d'exercice.

Le judo Kodokan comprend les techniques suivantes :

NAGE WAZA (techniques de projection)
KATAME WAZA (techniques de contrôle <u>et</u>
ATE WAZA (techniques de coups sur le corps).

Si les Nage Waza du Kodokan se basent essentiellement sur les techniques de l'école de ju-jitsu KITO RYU les Katame Waza et les Ate Waza sortent de l'école TENSHIN SHIN'YO RYU.

Autodéfense

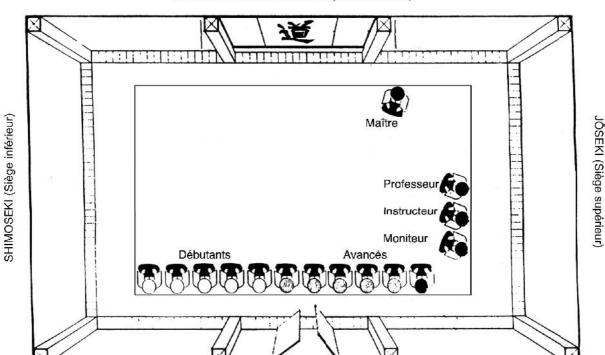
Il s'agit là de l'aspect originel de tous les sports et arts de combat. L'entraînement des techniques d'autodéfense du judo et du ju-jitsu permettent d'augmenter les chances de maîtriser une situation difficile. Ceci nous rend plus sûr et peut augmenter la qualité de vie. En plus, un entraînement d'autodéfense, selon les maximes du judo, soutient la conception démocratique de droit qui dit que la justice ne doit pas céder le passage à l'injustice. Il a donc une fonction sociale et éthique.

L'entraînement des techniques et des principes du judo et du ju-jitsu dans le contexte de l'autodéfense doit donc être partie intégrante d'une formation complète. Il mène à une

meilleure compréhension des sources aussi bien que des techniques et principes du judo moderne. En plus c'est un nouveau défi dans tous les domaines de la performance. Et en principe l'entraînement d'autodéfense fait plaisir à tout le monde.

Le Dojo

Le Dojo est le lieu où l'on étudie la Voie. Dans la conception traditionnelle du dojo celui-ci est l'endroit de "l'éveil" et est un symbole très fort du Budo et de l'enseignement de la Voie en général. Le dojo est agencé suivant des règles précises qui créent l'atmosphère nécessaire à la concentration. Le "coeur" du dojo est le mur frontal (Shomen) dans le dos du Sensei lorsque celui-ci effectue son salut (Rei) vers les élèves en début et en fin de cours. Il est, en règle générale, décoré de l'effigie du Maître fondateur (Soke) de l'école ou du style. Le mur opposé au Shomen est Shimoza, le côté par lequel se fait l'entrée au dojo, en général.



KAMIZA / SHINZEN /SHÔMEN (Mur d'honneur)

SHIMOZA (Mur inférieur)

Shomen: (aussi Kamiza) mur supérieur du dojo, place d'honneur faisant face à Shimoza shimoza: mur inférieur du dojo dans lequel s'ouvre l'entrée de la pièce. Les élèves saluent dos au Shimoza.

Joseki: mur situé à droite de Shimoza. C'est le côté contre lequel se tiennent les élèves les plus gradés pour le salut en direction du Shomen.

Shimozeki: côté inférieur des quatre côtés d'un dojo, qui fait face à Joseki et à gauche de Shimoza. C'est le côté contre lequel se tiennent les élèves débutants pour le salut en direction du Shomen ou pendant les explications techniques.

Rei

Le salut est un geste d'une importance fondamentale dans la pratique des arts martiaux. Il marque le respect envers le partenaire, le professeur, l'esprit du lieu. On distingue le salut simple à partir d'une position debout (ritsurei) et, plus cérémonial, le salut à genoux (zarei). On salue face au partenaire, au professeur, à l'adversaire ou en direction du Kamiza en entrant au dojo ou en le quittant. On salue également au début et à la fin d'un Kata. Le salut s'effectue toujours lentement, en conscience. Il exprime une attitude intérieure et la volonté d'un comportement conforme à l'esprit du Budo.

Lorsque plusieurs pratiquants sont appelés à effectuer un salut en même temps, le commandement "Rei" est donné par celui qui dirige l'exercice, professeur ou gradé (Sempai). Lorsqu'un salut plus cérémonial doit être fait, en général en position agenouillée, au début et à la fin d'une leçon, les pratiquants saluent aux commandements suivants et dans l'ordre : Shomen-ni-rei ! on salue en direction de la place d'honneur (Kamiza) du dojo, en général après un temps de méditation en Seiza (Mokuso puis Mokuso-yame). Sensei-ni-rei ! on salue le professeur qui salue en réponse dans le même temps. Enfin, Otagai-ni-rei ! on se salue entre élèves, collectivement, soit en ligne en gardant la même orientation vers le Kamiza, soit en se tournant une moitié des présents vers l'autre moitié. Le professeur ne salue pas. Puis on se relève.

Les grades

• Sensei: professeur

Mudansha: porteurs de kyuYudansha: porteurs de Dan

• Otagai : élèves Mudansha

 Sempai : élèves Yudansha, "ancien" d'un dojo parfois responsable du cours dispensé. Le Kohai (débutant moins gradé) lui doit respect, obéissance et considération.

Yudansha désigne les porteurs des premiers grades de la ceinture noire (Dan) suivant la progression technique et mentale d'un pratiquant d'arts martiaux. Les Yudansha vont du 1^{er} au 4^{ème} Dan inclus et la couleur de la ceinture est noire. Le 1^{er} Dan (Shodan) n'est pas un titre de maîtrise mais simplement un palier marquant un niveau de fin d'études basiques. Avec le 2^{ème} Dan (Nidan), il couvre le domaine de la technique pure. Le 3^{ème} Dan (Sandan) marque la position du disciple confirmé (Sempai) et le début de la progression toujours technique mais aussi fortement teintée d'éléments d'ordre mental. Cette progression se poursuit avec le 4^{ème} Dan Yondan) qui est un niveau de perfectionnement technique à partir duquel, avec les grades suivants (Kodansha) commence la véritable initiation menant à la véritable maîtrise.

<u>Kodansha</u> désigne les porteurs des grades supérieurs (du $5^{\grave{e}me}$ au $10^{\grave{e}me}$ Dan). Le $5^{\grave{e}me}$ Dan (Godan) correspond au titre de Renshi, le $6^{\grave{e}me}$ Dan (Rokkudan) correspond également au titre de Renshi, le $7^{\grave{e}me}$ Dan (Schichidan) correspond au titre de Kyoshi, le $8^{\grave{e}me}$ Dan (Hachidan) correspond également au titre de Kyoshi, le $9^{\grave{e}me}$ Dan (Kudan) correspond au titre de Hanshi et le $10^{\grave{e}me}$ Dan (Judan) également.

Sport-Etudes

Le Cadre

Le Canton de Vaud s'est donné comme objectif de soutenir les efforts consentis par certains élèves dont l'activité sportive se situe à un haut niveau, tout en leur permettant de suivre leur scolarité. Il tente ainsi d'atténuer, dans la mesure du possible, les obstacles d'ordre structurel et de créer un climat propice à l'éclosion de talents particuliers, sans créer une école parallèle et sans diminuer les exigences de formation.



Plusieurs mesures sont offertes aux jeunes sportifs vaudois talentueux, notamment:

- Au secondaire inférieur: allègement d'horaire, octroi de congés occasionnels, appui/rattrapage individualisé
- Asu secondaire supérieur: allègement d'horaire, octroi de congés occasionnels, appui/rattrapage individualisé et classes spéciales pour sportifs (Sport-Etudes).

Les classes Sport-Etudes

Des classes spéciales pour sportifs et artistes ont été ouvertes en 1989 dans deux Gymnases lausannois, soit Beaulieu pour l'orientation diplôme et Auguste Piccard pour l'orientation maturité.

Le niveau d'exigence scolaire, la durée des études et les épreuves d'examen sont les mêmes dans ces classes que pour les voies correspondantes. Toutefois, l'horaire est aménagé de telle manière que le jeune sportif puisse disposer, en règle générale, des après-midis pour sa pratique sportive personnelle. En outre, il peut lui être accordé jusqu'à six semaines de congé supplémentaires pour cause d'entraînement ou de compétition.

Mesures d'accompagnement

De nouvelles mesures d'accompagnement viennent à présent compléter les facilités d'horaire offertes aux jeunes gymnasiens-sportifs, telles que :

- Examen médical: dès la rentrée 2007, tous les gymnasiens concernés se soumettront à des tests médicaux, y compris cardiaques, financés par le canton, avant d'être admis en classe spéciale.
- Formation : chaque jeune sportif suivra deux conférences thématiques durant l'année scolaire (nutrition, gestion du stress, prévention contre le dopage, etc.).
- Coordinateur sportif : le Gymnase de Beaulieu dispose désormais d'un coordinateur qui doit assurer la liaison entre l'école et les clubs, le but étant que chacun comprenne mieux les besoins de l'autre.
- Appui scolaire : un appui individuel spécifique peut être organisé lorsque le besoin se fait ressentir chez tel ou tel jeune

Conditions d'admission

Pour pouvoir bénéficier de ce type de mesure, le jeune sportif doit consacrer au minimum 10 heures/semaine à la pratique de sa discipline et satisfaire à des critères sportifs. En ce qui concerne le judo, le jeune doit :

- Appartenir au cadre national (pour les Espoirs ou Juniors) ou cantonal (pour les Ecoliers)
- Atteindre le ranking nécessaire à une sélection aux finales des championnats suisses individuels
- Etre finaliste du championnat vaudois individuel
- Bénéficier d'une aide financière de l'AVJJ pour jeunes sportifs.
- Obtenir un préavis favorable du département technique de l'AVJJ.

Les entraînements de judo

Depuis septembre 2002, l'Association Vaudoise de Judo et Ju-Jitsu (AVJJ) complète la partie sportive et propose deux entraînements spéciaux hebdomadaires de judo pour les jeunes intégrés en classe sport-études. Ils se déroulent dans le dojo du Judo Kwai Lausanne. Les autres après-midi sont consacrés à l'entraînement de la condition physique, à la musculation ou encore à la récupération. Dès lors et en tenant des compte des riches possibilités d'entraînement en soirée dans la région et des regroupements régionaux du mercredi soir à Lausanne, chaque jeune athlète dispose d'un programme de préparation très complet.

Les judokas de la section

Huit judokas sont actuellement incorporés dans les différentes classes spéciales gymnasiales Sport-Etudes: Alexandrine Briaux, Emilie Amaron, Maïté Eisner, Mike Chavanne, Julien et Yannick Farinelli, Vincent Ferrier (tous de Judo Kwai Lausanne Horizon), Marie-Laure Gilgien (Judo Attalens). Tous se sont qualifiés pour les finales des championnats suisses individuels 2007, au cours desquels cinq sont montés sur le podium et deux ont obtenu le titre. A relever également deux sélections en 2007 à des championnats d'Europe ou du Monde.

D'autres judokas (écoliers au bénéfice d'aménagements d'horaires, judokas professionnels ou encore étrangers de passage en Suisse) profitent occasionnellement des opportunités d'entraînements de la section. Les sessions de judo sont ainsi suivies régulièrement par une dizaine de compétiteurs.

L'encadrement

Les entraı̂nements de judo de la section Sport-Etudes sont dispensés par des judokas compétents et expérimentés en matière de haute compétition :

Olivier Schaffter

Maître de sport, professeur de judo diplômé 6^{ème} dan expert J+S Vice-champion d'Europe 1992 sélectionné aux Jeux Olympiques 1988 et 1992

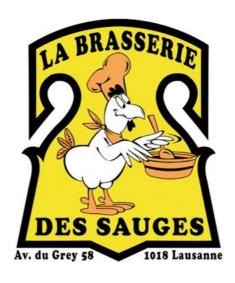
Dominique Hischier

Membre de l'équipe suisse de judo Moniteur Jeunesse & Sport

Stéphane Guye

Entraîneur de judo professeur de judo diplômé 5^{ème} dan expert J+S Ex-entraîneur national des espoirs

François Chavanne





REGLEMENT 2008

- 1. **Membres :** ils sont tenus de s'assurer eux-mêmes contre les accidents et d'avoir une assurance responsabilité civile. Le club décline toute responsabilité en cas de vol ou d'échange. Les membres s'engagent à être de bonne moralité et à faire preuve d'une hygiène stricte.
 - Par leur inscription au club, ils en acceptent les statuts et le règlement annuel en vigueur (affichés au dojo). Ils sont membres tant qu'une lettre de démission n'est pas adressée au club (point 10).
- 2. Direction du club : par un comité directeur de 7 membres, élu pour 4 ans par l'assemblée générale. Il est présidé par M. Philippe Schneiter, 3ème Dan Judo, moniteur J+S.
- **3. Enseignement :** sous la direction de Me Hiroshi Katanishi, 7^{ème} Dan Judo, professeur diplômé, expert J+S, expert Dan FSJ, membre du comité directeur comme directeur technique.
- 4. Secrétariat : dirigé par Mme Michèle Clerc, 2^{ème} Dan Judo, responsable administrative, coach J+S, vice-présidente.
- 5. Assemblée générale : dans le 1^{er} trimestre; tous les membres sont tenus d'y participer dès la 18^{ème} année. Election du comité tous les 4 ans, la prochaine en mars 2008.
- 6. Fermeture du club :

Vacances scolaires selon les écoles de la Ville de Lausanne + fin d'année et autres, selon agenda publié dans la Gazette.

Attention ! Pas de cours pendant les examens, les compétitions et l'AG dont les dates et heures sont affichées au dojo et dans la Gazette.

7. Tarifs: CHF

		40.00
Finance d'inscription pour membre actif (judo)	unique	40.00
Cotisation pour membre actif jeune (jusqu'à la fin de l'année des 25 ans)	annuel	550.00
Cotisation pour membre actif adulte (dès le début de l'année des 26 ans)	annuel	660.00
Cotisation pour membre passif	annuel	130.00
Cotisation en cas de maladie, accident (point 9)	mensuel	20.00
Cotisation pour cours entretien et bien-être (règlement spécial)	annuel	200.00
Cours d'initiation (env. 20 leçons), avec brochure, dès 6 ans	forfait	250.00
Frais de rappel	chaque (dès le 2ème)	20.00
FSJ / passeport obligatoire, dès la ceinture jaune	unique (avec 1 photo)	30.00
FSJ / jusqu'à la 14ème année, licence obligatoire	annuel	10.00
FSJ / dès la 15 ^{ème} année, licence obligatoire + abonnement à Dojo	annuel	55.00
FSJ / Solidarité olympique, dès la 15ème année	année qui suit les JO	10.00

8. Echéances et montant des cotisations : les cotisations sont payables d'avance.

Echéance	Période	Jeune	Adulte	EBE	Passif
1 – 1 ^{er} janvier	1 ^{er} semestre (6 mois)	330.00	396.00	120.00	130.00
2 - 1 ^{er} août	2 ^{ème} semestre (4 mois)	220.00	264.00	80.00	
	Total annuel :	550.00	660.00	200.00	130.00

- 9. Demande de congé pour maladie ou accident (pour 6 semaines au minimum) :
 - il faut en faire la demande par écrit, au début de la période (<u>aucune demande orale ne sera prise en considération</u>) et joindre un certificat médical indiquant la date de l'arrêt et celle de la reprise éventuelle. La finance spéciale de congé sera reportée sur la période suivante. Aucun remboursement n'est accordé.
- 10. Démission : par lettre recommandée dans les délais suivants, la date de la poste faisant foi ou par e-mail (en demandant la confirmation du club) : 15 juin pour fin juin / 15 décembre pour fin décembre.

 La démission, arrivant après une des dates ci-dessus, sera automatiquement reportée à l'échéance suivante. Les cotisations sont dues jusqu'à cette date, même si l'élève ne participe plus aux cours. Aucun remboursement n'est accordé.
- 11. Entrée en vigueur : 01.01.2008.



SECTION D'EPALINGES - Dojo de la Croix-Blanche

<u>Correspondance</u>: Case postale 6593 - 1002 Lausanne <u>Tél. 021 323 83 94 - info@judokwailausanne.ch</u>

REGLEMENT 2008

- 1. **Membres :** ils sont tenus de s'assurer eux-mêmes contre les accidents et d'avoir une assurance responsabilité civile. Le club décline toute responsabilité en cas de vol ou d'échange. Les membres s'engagent à être de bonne moralité et à faire preuve d'une hygiène stricte.
 - Par leur inscription au club, ils en acceptent les statuts et le règlement annuel en vigueur. Ils sont membres tant qu'une lettre de démission n'est pas adressée au club (voir point 10).
- 2. Direction du club: il est dirigé par le comité directeur, élu pour 4 ans par l'assemblée générale (liste au dojo). Il est présidé par M. Philippe Schneiter, 3^{ème} Dan Judo, moniteur J+S.
- 3. Enseignement : il est assuré sous la direction de : pour le Judo :
 - Mme Réhane Zobrist, 2^{ème} Dan Judo, monitrice J+S.

pour le Ju-Jitsu :

- Me Marcel Python, 8^{ème} Dan Judo, 8^{ème} Dan Ju-Jitsu, expert Dan et vice-président de la FSJ, président de la section d'Epalinges et vice-président du club.
- **4. Secrétariat** : il est dirigé par Mme Michèle Clerc, 2^{ème} Dan Judo, coach J+S Judo, responsable administrative et vice-présidente du club.
- 5. Assemblée générale : au dojo de Lausanne dans le 1^{er} trimestre de l'année en cours, dès la 18^{ème} année. Election du comité tous les 4 ans, la prochaine en mars 2008.
- 6. Fermeture du club :

Vacances scolaires selon les écoles de la Commune d'Epalinges. Pour les adultes, selon directives du responsable des cours.

7. Tarifs: CHF

Finance d'inscription membre actif	unique	40.00
Cotisation membre actif jeune jusqu'à la fin de l'année des 25 ans	annuel	400.00
Cotisation membre actif adulte Ju-Jitsu, dès la 26 ^{ème} année	annuel	500.00
Cotisation membre actif Ju-Jitsu + Judo (Lausanne)	annuel	660.00
Cotisation en cas de maladie, accident (voir point 9)	mensuel	20.00
Frais de rappel	chaque, dès le 2ème	20.00
FSJ / passeport obligatoire, dès la ceinture jaune	unique (avec 1 photo)	30.00
FSJ / jusqu'à la 14ème année, Licence obligatoire	annuel	10.00
FSJ / dès la 15 ^{ème} année, licence obligatoire + abonnement à Dojo	annuel	55.00
FSJ / solidarité olympique, dès la 15ème année	année qui suit les J.O.	10.00

8. Echéances des cotisations et montants à payer : les cotisations sont payables d'avance.

Echéance	Période	Jeune	Ju-Jitsu adulte	Ju-Jitsu + Judo
1 - 1 ^{er} janvier	1er semestre (6 mois)	240.00	300.00	396.00
2 - 1 ^{er} août	2 ^{ème} semestre (4 mois)	160.00	200.00	264.00
		400.00	500.00	660.00

- 9. Demande de congé pour maladie ou accident (pour 6 semaines au minimum) :
 - Il faut en faire la demande par écrit, au début de la période (<u>aucune demande orale ne sera prise en considération</u>) et joindre un certificat médical indiquant la date de l'arrêt et celle de la reprise éventuelle. La finance spéciale de congé sera reportée sur la période suivante. Aucun remboursement n'est accordé.
- 10. Démission : par lettre recommandée dans les délais suivants, la date de la poste faisant foi ou par mail (en demandant la confirmation du club) : 15 juin pour fin juin / 15 décembre pour fin décembre.
 - <u>La démission, arrivant après une des dates ci-dessus, sera automatiquement reportée à l'échéance suivante.</u>
 Les cotisations sont dues jusqu'à cette date, même si l'élève ne participe plus aux cours. Aucun remboursement n'est accordé.
- **11.** Entrée en vigueur : 01.01.2008.

Le JKL sur le Net

Judo:

site Internet www.judokwailausanne.che-mail info@judokwailausanne.ch

judo@judokwailausanne.ch

pour l'administratif pour les compétitions/stages

Ju-Jitsu:

- site Internet www.ju-jitsu-jkl.ch

- e-mail ju-jitsu@judokwailausanne.ch

Gazette: gazette@judokwailausanne.ch

Blog: http://judokwailausanne.skyblog.com



Nous assurons aussi...

Agence principale Lausanne-Ouchy

Nicolas Iuliano Marc Länzlinger Av.d'Ouchy 60 1006 Lausanne 021 616 26 93



Judo Kwai Lausanne



Avenue du Tribunal-Fédéral 4 - Case postale 6593 - 1002 Lausanne Tél. +41 21 323 83 94 - info@judokwailausanne.ch

Horaire Judo

Jour	De	Α	Genre de cours
Lundi	16h30	17h30	Judo enfants ceinture jaune
	17h30	18h30	Judo enfants ceinture orange et verte
	18h30	19h30	Kata (dès ceinture verte)
	19h30	21h00	Judo jeunes et adultes avancés
Mardi	09h00	10h15	Entretien et bien-être adultes et aînés
	16h30	17h30	Judo enfants initiation dès 6 ans **
	17h30	19h00	Judo enfants dès ceinture jaune
	19h15	20h45	Judo jeunes et adultes général
Mercredi	15h00	16h00	Judo enfants initiation dès 6 ans **
	16h00	17h00	Judo enfants ceinture jaune
	17h00	18h30	Judo enfants et jeunes avancés
	18h30	19h30	Judo compétition dojo régional : technique
	19h30	21h00	Judo compétition dojo régional : randori
Jeudi	16h30	17h30	Judo enfants initiation dès 6 ans **
	17h30	19h00	Judo enfants dès ceinture jaune
	19h15	20h45	Judo jeunes et adultes général
Vendredi	09h00	10h15	Entretien et bien-être adultes et aînés
	16h30	17h30	Judo enfants ceinture jaune
	17h30	18h30	Judo enfants ceinture orange et verte
	18h30	19h30	Kata (dès ceinture verte)
	19h30	21h00	Judo jeunes et adultes avancés
Dimanche	9h30	12h00	Kata et technique avec Max Stutzmann (renseignements 021 323 94 92)

^{**} Cours fixés selon un calendrier précis. Il convient de se préinscrire par tél, ou par mail.

Qui est président :

• M. Philippe Schneiter, 3^{ème} Dan Judo, moniteur J+S.

Qui est responsable de l'enseignement :

• **Me Hiroshi Katanishi**, 7^{ème} Dan Judo, professeur diplômé, expert Dan de la FSJ, expert J+S, conseiller technique de l'équipe suisse.

Qui est responsable du secrétariat :

• **Mme Michèle Clerc**, 2^{ème} Dan Judo, coach J+S Judo. Elle est disponible aux horaires indiqués ci-dessous, sauf pendant les vacances scolaires selon message sur le répondeur.

Il est prudent de prendre rendez-vous, car la secrétaire peut être exceptionnellement absente.



SECTION D'EPALINGES - Dojo de la Croix-Blanche

<u>Correspondance</u>: Case postale 6593 - 1002 Lausanne **Tél. +41 21 323 83 94 - info@judokwailausanne.ch**

Horaire d'entraînement

Jour	de	à	Genre de cours	Professeur
Lundi	16h00	17h00	Judo enfants débutants dès 6 ans	Vacant
	17h00	18h00	Judo enfants ceintures jaune et orange	"
	18h00	19h30	Judo enfants dès ceinture orange	"
	20h00	22h00	Ju-Jitsu : Ate-Waza (salle des sports Boissonnet)	Hubert Clerc
Mardi	19h30	21h00	Ju-Jitsu moyens dès 15 ans, dès ceinture orange	Marcel Python
	21h00	21h30	Ju-Jitsu: Kata + préparation aux examens	11
Mercredi	16h00	17h00	Judo enfants débutants dès 6 ans	Vacant
	17h00	18h00	Judo enfants débutants et avancés	"
	18h00	19h00	Judo enfants avancés	"
	19h00	20h30	Ju-Jitsu débutants dès 15 ans	Marcel Python
Jeudi	19h30	21h00	Ju-Jitsu avancés, dès ceinture verte	"
	21h00	21h30	Ju-Jitsu: Kata + préparation aux examens	н
Dimanche	9h30	12h00	Kata et technique au dojo de Lausanne (renseignements 021 323 94 92)	Max Stutzmann

Qui est président de la section d'Epalinges :

■ M. Marcel Python, 8ème Dan Ju-Jitsu et 8ème Dan Judo, vice-président du Judo Kwai Lausanne, vice-président de la Fédération Suisse de Judo & Ju-Jitsu (FSJ).

Qui sont vos professeurs:

■ **Me Marcel Python**: 8ème Dan Ju-Jitsu et 8ème Dan Judo, professeur diplômé et expert Dan de la FSJ.

M. Max Stutzmann: 5ème Dan Judo et 5ème Dan Ju-Jitsu, moniteur J+S.

■ M. Arnaud Vernay: 3^{ème} Dan Ju-Jitsu et 2^{ème} Dan Judo, moniteur et coach J+S Ju-Jitsu.

M. Hubert Clerc : 2^{ème} Dan Ju-Jitsu et 1^{er} Dan Karaté, moniteur J+S.

Qui est responsable du secrétariat :

■ Mme Michèle Clerc, 2ème Dan Judo, coach J+S Judo. Elle est disponible au dojo de Mon-Repos aux horaires indiqués ci-dessous, sauf pendant les vacances scolaires selon message sur le répondeur.

Il est prudent de prendre rendez-vous, car la secrétaire peut être exceptionnellement absente.

Mardi	18h30 à 19h30	Mercredi	14h00 à 18h30	Vendredi	18h30 à 19h30
-------	---------------	----------	---------------	----------	---------------

Agenda

DATE	MANIFESTATION	LIEU
07.07/22.08	Vacances scolaires (entraînement libre Ma et Je de 19h15/20h45) JU & JJ	Dojo de Mon-Repos
30/31.08	Stage Cadre talent	Château d'Oex
6.09	Championnat suisse par équipe D 1 LNA	Dojo de Mon-Repos
6.09	Championnat suisse par équipe H 1 LNA	Romont
11.09	Championnat suisse par équipe H 2	Dojo de Mon-Repos
13/14.09	Tournoi national	Weinfeld
17.09	Championnat suisse par équipe D 2	Berne
27/28.09	Tournoi national	Morat
5.10	Tournoi de la Côte (enfants)	
5.10	Cadre talent	Morges
8.10	Championnat suisse par équipe H 2	Bernex
15/17.10	Stage enfants JKL	Château d'Oex
17/19.10	Stage enfants François Chavanne	Château d'Oex
13/24.10	Vacances scolaires (entraînement libre Ma et Je de 19h15/20h45)	Dojo de Mon-Repos
1.11	Championnat suisse par équipe D LNA	Dojo de Mon-Repos
1.11	Championnat suisse par équipe H LNA	Morges
1.11	Tournoi cantonal	Bussigny
2.11	Cadre talent VD 9h00/15h00	Dojo de Mon-Repos
5.11	Championnat suisse par équipe D 2	Attalens
5.11	Championnat suisse par équipe H 2	Collombey
9.11	Ch. romand pour écoliers A (1995-1996)	
15/16.11	Championnat suisse individuel	
22.11	Examens Dan	Dojo de Mon-Repos
29.11	Championnat suisse par équipe : finale	Sierre
4/5.12	EXAMENS DE KYU (pas de cours, sauf cours d'initiation)	Dojo de Mon-Repos
13.12	Tournoi de Noël	Dojo de Mon-Repos
13/14.12	Stage jeune	Dojo de Mon-Repos
22.12/2.01	Vacances scolaires (entraînement libre Ma de 19h15/20h45) Dernier jour de cours vendredi 19.12.	Dojo de Mon-Repos

Prochain tirage de la Gazette, novembre 08. Prière de déposer les articles à faire paraître dans la « boîte Gazette » au secrétariat, **jusqu'au 31 octobre**. Merci d'avance. (les articles sous forme d'e-mail sont les bienvenus!)

P.P. 1001 Lausanne

