



## JKL- Shinbun

La Gazette du Judo Kwai Lausanne

**LE CHANGEMENT  
C'EST MAINTENANT.  
SAUF QUE MAINTENANT,  
C'EST PAS TOUT DE SUITE.**

La 70<sup>ème</sup> édition de votre Gazette préférée...l'édition de platine ! Tiens, le platine. Un métal noble, dit de transition, à la fois dense, malléable, rare et précieux.

Ce métal représente parfaitement le Judo Kwai Lausanne d'aujourd'hui : un club qui entre dans une période de changement (la transition) et qui, depuis ses débuts, démontre force et intelligence pour satisfaire ce qu'il a de plus rare et précieux, ses membres.

Comme vous le lirez dans l'Edito de Philippe, cette période de transition est abordée avec confiance par votre comité et c'est avec plein d'enthousiasme que ce dernier vous attend nombreuses et nombreux à l'assemblée du mois de mars prochain.

Joyeuses Fêtes de fin d'année et une année 2016 pleine de bonheur.

Décembre 2015 #70

## Edito

Vous le savez certainement, le Judo Kwai Lausanne est en pleine mutation et de profonds changements vont se produire dans les quinze mois à venir. D'abord, en mars 2016, le comité sera passablement renouvelé, une moitié de ses membres ayant décidé de remettre leur poste, dont la comptable et secrétaire du club depuis de nombreuses années, Michelle Clerc, Thierry Beausire, ancien compétiteur, et votre serviteur, en fonction depuis 2001; ensuite, en mars 2017 notre entraîneur, Maître Hiroshi Katanishi prendra sa retraite après 41 ans de cours dispensés à des milliers de judokas de tous les âges et de tous les horizons.

Le club est donc à un tournant très important de son histoire et cela fait maintenant pratiquement deux ans que le comité travaille à préparer cette transition de manière à ce que tout se passe dans les meilleures conditions possibles. Parmi les points qui seront abordés lors de l'assemblée générale de mars 2016, le plus important sera l'élection des membres du comité directeur. Une proposition sera faite par le comité actuel pour chaque fonction à occuper mais il est clair que **toute personne intéressée peut se porter candidate** à l'un ou l'autre des postes à pourvoir. Le délai qui a été fixé pour le dépôt des candidatures, qui doivent être adressées au secrétariat du club, est le dimanche **31 janvier 2016**. Les demandes nous parvenant après cette date ne seront pas prises en considération.

Ph. Schneiter  
Président du Judo Kwai Lausanne

# JKL-Shinbun

La Gazette du Judo Kwai Lausanne

Décembre 2015

## Sommaire

- Edito ..... 1
- Ceintures noires ..... 2
- Humeur ..... 4
- La section d'Epalinges ..... 6
- Nos partenaires ..... 8
- T'as vu du changement toi ? ..... 9
- Société ..... 10
- Vie du club ..... 12

## Parution

Président : ..... Philippe Schneiter  
Rédacteur en chef : ..... David Sueur  
Equipe de rédaction : ..... « la dream team »  
Contact : ..... [gazette@judokwailausanne.ch](mailto:gazette@judokwailausanne.ch)  
Date de parution : ..... 10 décembre 2015  
Edition : ..... Gazette # 70  
Prochaine parution : ..... mai 2016

Cela faisait près de 4 ans que le Judo Kwai Lausanne n'avait pas vu « éclore » de nouvelle ceinture noire 1er dan de ju-jitsu en son sein !

4 ans d'attente, mais cela en valait la peine, puisque **Nicolas Jorand et Parinya Ranyop (Go)** ont obtenu cette récompense après une matinée d'efforts, le 17 octobre 2015.

Cela me permet de détailler un peu le déroulement de l'examen pour le 1er dan au ju-jitsu.

Go et Nicolas sont arrivés dans la banlieue bernoise vers 8 h 30, accompagnés d'une quinzaine de supporters, fans, entraîneurs, groupies, enfants, etc ... Après un rapide échauffement, ils se sont alignés avec 16 autres candidats pour le salut initial précédant cet examen, en face des douze experts de la commission FSJ.



A 9 h 00, c'est Go qui devait commencer, sur le tapis n° 4 par sa démonstration technique. Cette démonstration doit refléter la maîtrise des différents aspects du ju-jitsu et leur application par le candidat : défense contre coups, contre saisie, contre étranglement, etc ... Cette démonstration était le fruit d'une longue préparation avec Nicolas, et devait durer une dizaine de minutes.

Selon le programme, deux autres candidats devaient ensuite faire leur démonstration avant que Nicolas n'entame la sienne. Mais les juges en ont décidé autrement : c'est Nicolas qui a dû enchaîner directement. S'ils avaient espéré pouvoir récupérer entre les différentes parties, Nicolas et Go en auront pour leurs frais (ou plutôt leur souffle) : les experts ont encore décidé d'enchaîner avec les contrôles ponctuels : nage-waza et katame-waza pour chacun d'eux ... Au final, c'est une petite heure sans interruption qu'ils auront passé sur le grill.



A onze heures, un examen théorique vérifiera leurs connaissances en une petite vingtaine de minutes, avant de pouvoir démontrer le kime-no-kata demandé pour l'obtention du premier dan. Puis vint l'attente, avant la consécration : les experts mandatés pour annoncer les échecs (6 ce jour-là) ne s'arrêtèrent pas vers le groupe des Lausannois (tous les autres romands ont échoué).

Et le stress, la fatigue et toutes les autres émotions laissèrent la place, à midi à la délivrance, au soulagement et à la fierté, avec la remise du diplôme d'obtention du 1er dan de ju-jitsu.

De cette mémorable journée, il faudra retenir plusieurs points importants :

- Le plus stressé dans un examen dan de Ju-jitsu n'est pas le candidat. C'est Arnaud.
- Une mauvaise nouvelle pour le stress d'Arnaud : Il semblerait que lors des prochaines sessions à venir (mars puis octobre 2016), plusieurs candidats du JKL se présentent à l'examen 1er dan ...
- Les bières servies sur le restoroute au retour laisseront un souvenir impérissable : pas d'alcool sur les restoroutes de Suisse (et c'est très bien ainsi !)



L'ensemble de la section d'Epalinges s'associe pour féliciter

les deux lauréats du jour et saluer la qualité de leur travail et de leur prestation du 17 octobre et souhaiter bon courage à Arnaud pour les prochaines sessions d'examen.

Pierre-Alain Demierre.



## Vieux couple

Avez-vous déjà remarqué, pendant un examen Dan Judo ou Ju-Jitsu par exemple, que certains candidats fournissent un "excellent" travail tandis que d'autres font « seulement » un bon examen. Qu'est-ce qui différencie les uns des autres ?

Bien entendu, chaque candidat doit avoir des qualités requises dans les trois composantes que sont **Shin-Gi-Tai**. On y trouve notamment de bonnes bases d'endurance, force, souplesse et de résistance (*Tai* - les compétences physiques). Egalement les aptitudes pratiques : bien connaître les techniques qui vont être demandées est un minimum (*Gi* -

maîtrise technique). Enfin l'engagement la volonté - le mental comme l'on dit souvent en compétition – c'est-à-dire être prêt à réagir à l'imprévu, se lancer sans compter (*Shin* - l'esprit).



*Shin, Gi et Tai correspondent à trois éléments unis dans la pratique mais distincts dans la conceptualisation. Leur ordre de présentation ne présume en rien de leur priorité ou importance : les isoler permet avant tout l'analyse de leurs interdépendances.*

**Shin:** Le caractère *Shin*, qui peut également se lire *kokoro*, est une représentation stylisée du coeur (l'organe) dont il a également le sens. Mais l'image véhiculée est celle du centre d'un système qui irrigue jusqu'au plus petit des vaisseaux sanguins, jusqu'à la moindre cellule, puis qui recueille, traite en retour pour à nouveau alimenter de « sang neuf » le système tout entier. De façon générale, il s'agit donc de ce qui se trouve au centre. Au centre de l'émotion, du mouvement, de la motivation, de l'intention et c'est pourquoi il possède également ces différents sens ainsi que celui de force spirituelle. *Shin* représente donc la dimension spirituelle.

**Gi:** Le caractère *Gi* signifie « main capable d'un travail aussi minutieux qu'une petite branche ». Il s'agit de la technique, mais il faut la différencier du jutsu de jū-jutsu, par exemple. Dans le second cas, il s'agit de techniques codifiées et traditionnelles transmises de maître à disciple sans ajout ni modification. *Gi*, lui, n'est ni la méthode, ni la « recette », mais la maîtrise de cette technique, par le travail, par la pratique. Il s'agit de l'habileté technique intériorisée. Ce même caractère peut également se lire « *waza* », que l'on retrouve notamment dans *tokui-waza*, le « spécial », ou plus exactement « la technique dont on a la connaissance la plus intime ».

**Tai:** Le caractère *Tai* (avant qu'il ne soit simplifié fin 1946) signifie « les os correctement organisés ». *Tai* est le corps (*Tai-otoshi*), la dimension physique, le moteur du mouvement. Il est le moyen par lequel s'exprime le *shin* au travers de *gi*. Sa capacité de réponse à l'intention et d'adaptation à la situation dépendant du niveau de pratique. La répétition précise des mouvements, aussi bien des techniques que des habiletés techniques fondamentales sur de longues années permet d'entretenir et cultiver ce que l'on appelle « la mémoire du corps » ou *karada no oboe*.

**Extrait d'un article de Yves Cadot paru dans Judo magazine 184 en mars 2000**

Au delà de ces compétences personnelles, il est une dimension qui ne transparaît pas et qui est fondamentale à mon sens. La relation réciproque *Tori-Uke*. Il m'est avis que l'examen est d'autant plus facile et agréable à passer que les deux candidats vont à l'épreuve comme un vieux couple qui fait son bonhomme de chemin dans la vie. Les deux partenaires doivent se comprendre sans se parler, travailler l'un pour l'autre sans se soucier du retour, connaître les

réactions du Uke, avoir confiance en lui et être indulgent des erreurs et des imperfections qui seront commises, car il y en aura.

Comment mettre en place cette relation de confiance qui fait que les deux partenaires sont le jour J en osmose ? Le travail, le plaisir dans l'entraînement, l'amitié, un zeste de bonne humeur et un grain de folie ... ? Un peu (beaucoup) de tout cela j'en suis sûr.

**« La confiance ne se commande pas, la confiance se mérite », lentement !**

J'ai souvenir d'un examen de Ju-Jitsu où une des deux candidates, pendant la démonstration libre et sous l'effet du stress, laisse échapper le couteau en bois qui



rebondit sur le tatami. Sueurs froides dans l'entourage des protagonistes qui connaissent le contenu de la démonstration. Patatras, c'est plié se disent-ils l'éclair d'un moment.

Et là d'instinct, l'autre candidate récupère le Tanto au rebond et continue la démonstration en ajoutant une technique toute improvisée et qui pour le coup tombait à point nommé. Pendant ce court instant, ni le Uke ni le Tori ne laissent transparaître un doute quelconque et l'ensemble resta cohérent. A la manière des patineurs artistiques qui se récupèrent avec le sourire, sur la carre extérieure après un quadruple Axel, ce couple Tori-Uke présentait en toute décontraction le programme tant travaillé.

Les experts apprendront, bien plus tard, que cet enchaînement était fortuit.

Je vous souhaite beaucoup de plaisir dans vos prochaines préparations d'examens.

Arnaud Vernay



## Le jiu-jitsu palinzard, une bien joyeuse équipe

La section d'Epalinges propose de multiples possibilités d'entraînements de jiu-jitsu, chaque soir de la semaine du lundi au jeudi, pour débutants ou avancés – bien entendu, certains avancés squattent toujours le cours des débutants et les débutants sont les bienvenus au cours avancés. Depuis le départ de Marcel Python, Arnaud, Francesco et Hubert se partagent la direction des cours à Epalinges et à Boissonnet ; j'en profite d'ailleurs pour faire un petit coup de publicité pour l'entraînement du lundi, qu'il faut absolument repeupler. Arnaud l'aura assez dit : venez vous entraîner les lundis soirs pour que le cours ne soit pas définitivement fermé!! De toute façon, le lundi, personne n'a rien à faire puisque c'est le premier jour de la semaine. Alors hop ! on saute fissa dans son Kimono !

L'équipe des ceintures noires s'est d'ailleurs récemment agrandie avec l'examen réussi de Go et Nicolas ; après avoir préparé leur premier Dan pendant de nombreux mois, ils sont passés avec brio devant les examinateurs le samedi 17 octobre 2015. Comme quoi, le travail, ça paie. Félicitations à eux deux et bravo aux coaches et aux supporters qui ont été présents du début à la fin ! 👍

Les nouveaux membres sont toujours bien accueillis au Dojo ; malgré la timidité ou l'appréhension de certains face aux démonstrations explosives faites par les pros du club, ils s'intègrent toujours rapidement et s'habituent vite aux manies des anciens.

Attention, dès que la feuille d'inscription est signée, les pompes se font sur les pieds et non plus sur les genoux ! Mais je vous rassure, les nouvelles et nouveaux initié-e-s (eh oui, cette année les filles sont arrivées en force, pour le plus grand bonheur de certaines ; et elles savent se battre !) s'entraînent régulièrement et avec plaisir, et seront fin prêt-e-s



pour l'examen de la ceinture jaune ; lequel a eu lieu tout dernièrement.

Après un échauffement efficace, un peu de condition physique et de souplesse, les professeurs nous transmettent leur art avec patience, précision et bonne humeur, chacun selon son domaine de prédilection : frappes, projections ou bien défenses sur couteau et arme à feu. Celles et ceux qui le désirent peuvent éventuellement rester à la fin du cours pour exercer un mouvement ou préparer un examen ; toute question étant volontiers écoutée par les entraîneurs.

Après tout ce temps passé à suer et à perdre nos kilos superflus sur les tatamis, la collation d'après-cours (non, ce n'est pas un apéro !) est toujours plus que bienvenue ; ne se trouvent bien évidemment sur la table que des gobelets d'eau plate accompagnés d'un peu de pain, de viande froide, de fromage ou de cacahuètes. Tout le monde remercie Flo avec chaleur lorsqu'elle passe faire un petit bonsoir avec ses fameux croissants au jambon ; on les adore ! Il ne nous reste donc plus qu'à revenir la semaine suivante pour reprendre le régime à zéro...

Toute question trouve sa réponse auprès des entraîneurs, à la fin du cours et autour d'un petit verre (d'eau) ; puis chacun s'en retourne chez soi à une heure convenable en attendant avec impatience le prochain entraînement, qui se déroulera dans la joie et la bonne humeur, comme d'habitude. L'ambiance est tellement sympa que certains viennent de très loin afin de retrouver leurs camarades palinzards : c'est qu'ils nous aiment bien, ces Fribourgeois !

Merci à toute l'équipe d'Epalinges pour ces entraînements de qualité, c'est toujours un plaisir de venir bosser et discuter avec vous tous !

Amitiés sportives,  
Estelle Mockers (La P'tite)



## Un immense merci !

Voilà de nombreuses et précieuses années que le JKL peut, invariablement, compter sur eux. Certains ont un lien direct avec le Judo ou le Ju-jitsu, pour d'autres le lien initial est moins évident...mais avec le temps un petit quelque chose de solide s'est noué.

En contrepartie de leur soutien, nous les affichons sur le site internet du club et dans la Gazette. C'est une contrepartie minimale certes, mais dans les limites (financières) de ce que le JKL peut faire.

Il est donc indispensable que chaque membre du JKL pense à eux lorsqu'il s'agit de sortir manger au restaurant, de changer de voiture, de souscrire à une assurance ou de démarrer un gros travail d'impression.

Et oui, nos partenaires, **ces entreprises qui soutiennent financièrement le club** font partie intégrante de la vie du JKL. C'est une partie importante de son réseau que chaque membre peut activer afin de trouver réponse à son besoin.

Un immense merci à tous nos partenaires et que les meilleurs vœux du JKL les accompagnent durant 2016.



**JJP** Jean-Jaques Pahud SA  
CONSTRUCTIONS MÉTALLIQUES

Jean-Jaques Pahud  
Administrateur

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

Nous assurons aussi les clubs de Judo ...

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

**AXA winterthur**  
réinventons / la protection financière

### Le Comité du JKL

**Un resto sympa à deux pas de chez vous**

La brasserie des Sauges - avenue du Grey 58 - 1018 Lausanne  
www.brasserie-des-sauges.com  
Tél. 021 647 74 86

**SUBARU**

**NISSAN**

**GARAGE SPORT AUTO JF SA**

Votre garage depuis 45 ans au cœur de la ville  
Av Prê du Marché 50  
1004 LAUSANNE  
Tél. 021 647 31 84

**budosport.ch**

Rosenweg 34  
3007 Bern  
Tel. 031 371 11 51  
info@budosport.ch

www.budosport.ch

## Un nouveau visage au secrétariat du dojo de Lausanne

Nombre d'entre vous l'auront certainement remarqué, voilà plusieurs semaines maintenant, **Valérie** est régulièrement présente au côté de Michelle au secrétariat. Depuis octobre, Valérie a même pris en charge le secrétariat et la réception en remplacement de Michelle, qui a décidé de passer quelques jours de vacances à l'hôpital orthopédique (!). Plus sérieusement, l'opération prévue de longue date s'est bien déroulée et Michelle se remet tranquillement.

D'ici le mois de mars 2016, en fonction de l'avancement de son rétablissement, Michelle reviendra au secrétariat pour assurer la meilleure transition possible avec Valérie. En effet, ce sera durant la prochaine assemblée générale que Michelle, après presque 40 années de bons et loyaux services, remettra officiellement les clés du secrétariat et de la comptabilité à Valérie.

Ce premier grand changement matérialise l'entrée du JKL dans un important tournant de son histoire que son comité prépare depuis maintenant deux ans (cf. Edito de Philippe).

Mais revenons à Valérie. N'hésitez pas à lui faire un petit coucou avant de monter sur le tatami, de prendre un peu de temps pour apprendre à la connaître et, bien évidemment, de lui poser toutes vos questions concernant le club et son fonctionnement.

Ah ! Une chose encore. Si vous cherchez Valérie et que vous ne la trouvez pas dans le secrétariat, jetez un coup d'œil sur le tatami, elle s'y entraîne peut-être !

Durant cette période de transition, les heures d'ouverture du secrétariat sont les suivantes,

Valérie sera à votre disposition les jours suivants,

- Lundi de 16h30 à 18h30
- Mercredi de 15h00 à 18h30
- Vendredi de 16h30 à 18h30

Et Michelle,

- Mardi de 16h30 à 19h00
- Jeudi de 16h30 à 19h00

David Sueur



## Le Judo Kwai Lausanne, le libre-service et les bénévoles

Lorsque un sportif s'inscrit au JKL ou que des parents font l'excellent choix d'initier leur enfant au judo, qui plus est au JKL, ils le font pour des raisons sportives (qualité de l'enseignement, des partenaires d'entraînement) pour les uns ou pour la qualité éducative du judo et des enseignants du JKL pour les autres.

C'est donc avec le souhait de pouvoir être idéalement encadré et dirigé que le nouveau judoka / ju-jitsuka débute au JKL. Il n'est ainsi aucunement question de pouvoir pratiquer son sport en libre-service, notion parfaitement incompatible avec l'apprentissage du judo et du ju-jitsu, avec les principes véhiculés par ces arts martiaux et avec les valeurs éducatives enseignées au JKL. « travailler, acquérir et transmettre »...est bien éloigné de « prendre et partir ».

Les quelques devoirs administratifs que chaque élève doit respecter en devenant membre du JKL ne sont donc naturellement pas en libre-service non plus. Je pense essentiellement à deux d'entre eux : payer ses cotisations dans les temps et signifier sa démission (lorsque c'est malheureusement le cas) dans le délai imparti. Devoirs encore trop souvent « oubliés » et parfois même remis en question sans logique évidente. D'autant moins évidente que la période de dédite est précisée lors de l'inscription puis répétée avec chaque bulletin de versement, avec chaque rappel, sur le site internet et dans les conditions générales.

Respecter ces deux petites contraintes c'est aussi permettre à l'encadrement du JKL de se concentrer sur l'offre et sa qualité et l'encourager dans son engagement quotidien.

Tiens... *respecter*... *respect*...ne serait-ce pas l'une des huit valeurs qui construisent le code moral du judo (cf. page suivante) ?

L'encadrement justement. La clé de voûte du JKL. Constitué en grande majorité de bénévoles qui consacrent, par passion, de nombreuses heures de leur temps libre à assurer le bon fonctionnement de votre club préféré. Le travail de chaque bénévole, qu'il soit membre du comité directeur, engagé dans l'encadrement de nos jeunes, de notre équipe en 1<sup>ère</sup> ligue, en charge du support informatique et j'en passe, doit être respecté à sa juste valeur. Le bon fonctionnement du JKL en dépend. Chaque membre du JKL se doit de respecter le travail de ces bénévoles, sans jugement de valeur. Les engagements bénévoles, qu'ils soient ponctuels ou de longue haleine doivent forcer notre respect car ils sont le fruit de décisions personnelles, non contraintes : consacrer du temps et une partie de son énergie à d'autres, à une communauté de judokas et de ju-jitsukas.

Plein de bonheur et de joie sur et autour des tatamis en 2016 à tous les membres et bénévoles du JKL !

David Sueur

**La modestie** c'est  
parler de soi-même sans orgueil



**Le courage**  
c'est faire ce qui est juste



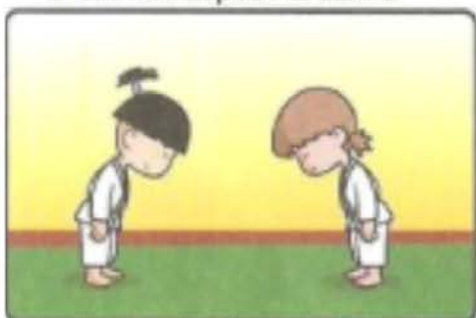
**L'amitié** c'est le  
plus pur des sentiments humains



**Le contrôle de soi** c'est  
savoir se taire lorsque monte la colère



**La politesse**  
c'est le respect d'autrui



**L'honneur** c'est  
être fidèle à la parole donnée



**Le respect** sans respect  
aucune confiance ne peut naître.



**La sincérité** c'est  
s'exprimer sans déguiser sa pensée



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

## Nouveaux gradés Judo

*Lausanne*

### Ceinture marron

Céline Bänziger

### Ceinture bleue

Lucas Doll - Zachary Doll - Anja Stumpe

### Ceinture verte

Nabil Brahimi - René Broinowski - Thomas Garon - Omer Secic

### Ceinture orange

Alvaro Blanco - Guillaume Blin - Inti Boekholt - Imad Brahimi - Dorian Brinca - Léon Broinowski - Ethan Chassot - Noa Chouriberry - Thomas Corthay - Panagiotis Kapartis - Yann Kloeckner - Antoine Kupferschmid - Ian Lanvier - Adrien Lopez - Dylan Mages - Semih Mahé - Tolga Mahé - Augustin Roulin - Santosh Tamang Gauchan - Mariya Vanderghaynst - Yedigue Zhuzimkul Zhuzimkul

### Ceinture jaune

Emma Abelenda - Nicolas Angenault-Tan - Amine Belhadri - Axel Brulé - Sébastien Dang - Pietro Duchosal - Matteo Ducret - Nelia Genet - Vinagnon Gnansounou - Maxime Guire - Sully Gygax - Louis Jobin - Elikia Kambila - Emile Lecoultre - Mel Lin Liew - Kevin Lusho - Adrien Medinger - Juan Ignacio Méndez - Kris Monnier - Louis Morano - João Morato de Avellar Azevedo - Jean Mouflard - Colintakuma Nojiri - Suld-Erdene Nyamsaikhan - Leonor Rechsteiner - Simon Rochat - Samuel Sagette - Jérôme Schelling - Balthasar Schwab - Erton Smajli - Issa Trabelsi - Liam Valley - Lana Vincent - Rayan Zeghdoudi

*Les informations sont tirées des résultats d'examens pour la période du 08.05.2015 au 09.12.2015, n'hésitez pas à annoncer toute erreur ou omission à [info@judokwailausanne.ch](mailto:info@judokwailausanne.ch).*

## Nouveaux gradés Judo

*Epalinges*

### Ceinture orange

Noam Berrah - Nils Besson - Nolan Bize - Iaroslav Campart - Sviatoslav Campart - Julie Demierre - Paolo Pidoux

### Ceinture jaune

*Maxime Dominguez - Alexane Gougeon*

## Nouveaux gradés Ju-Jitsu

### Ceinture noire 1er DAN

Nicolas Jorand - Parinya Ranop

### Ceinture marron

Elie Andlauer - Antoine Mockers - Estelle Mockers

### Ceinture verte

Alexandre Axilais - Kaya Treichler

### Ceinture orange

Augustin Bulete - Cyril Hirt - Loris Parzanese - Nathan Pilet - Julien Simon

### Ceinture jaune

Tony Filippo - Sébastien Kleber - Hoang Saomai Le - Alexandre Maffei - Clémence Maire - Caroline Schmid - Paul Wiesel - John Cody Zimmermann



**Judo Kwai Lausanne** - <http://www.judokwailausanne.ch>

[info@judokwailausanne.ch](mailto:info@judokwailausanne.ch)

Case postale 6593

CH-1002 Lausanne

Tél: 021 323 83 94