

Pratiquer le ju-jitsu à Epalinges: le Japon des samouraïs à votre porte!

Les arts martiaux japonais et la self défense vous intéressent? Le ju-jitsu est fait pour vous! Les origines de cet art martial ancestral, qui signifie «technique souple», sont perdues dans la nuit des temps.



Défense contre une attaque au couteau exécutée par deux pratiquantes de ju-jitsu à Epalinges



F. Parisi & A. Vernay lors de la remise du Brevet fédéral de professeur de ju-jitsu

Constitué autour d'un ensemble de techniques utilisées autrefois par les samouraïs au cours de leurs combats à mains nues, le ju-jitsu comporte aujourd'hui quatre dimensions: sportive, artistique, technique et défense personnelle. Complet, autant du point de vue physique que mental, il est pratiqué à Epalinges depuis le début des années nonante au Dojo «Marcel Python», au premier étage de la salle de sport de la Croix-Blanche.

Vous avez au moins 14 ans? Faites le pas! Rejoignez-nous! Vous ne le regretterez pas: convivialité, compétence et sécurité sont les maîtres mots de notre club. Vous serez entourés par des pratiquantes et pratiquants motivés et accueillants. Vos monitrices et moniteurs, tous au bénéfice d'une qualification J+S, seront là pour vous guider dans vos premiers pas et jalonner votre évolution personnelle.

À ce propos, savez-vous que depuis le mois de juin 2018, la section de ju-jitsu d'Epalinges a la chance de compter parmi

ses moniteurs deux professeurs de ju-jitsu avec brevet fédéral? Il s'agit de M. Arnaud Vernay (palinzard et membre du comité du Judo Kwai) et de M. Francesco Parisi, tous deux 4^e dan de ju-jitsu et 2^e dan de judo.

Après de nombreuses années de pratique et d'enseignement du ju-jitsu, ils ont complété leur formation auprès de Jeunesse et sport, puis se sont présentés à l'examen professionnel fédéral. La réussite aux différentes épreuves de cet examen atteste de leurs compétences de haut niveau, tant techniques que pédagogiques. Dans le canton de Vaud, en ju-jitsu, seules quatre personnes sont actuellement au bénéfice de cette qualification.

Vous avez décidé de tenter l'expérience du ju-jitsu? Bravo! Concrètement, les cours «débutantes et débutants» ont lieu le mercredi soir, de 19h00 à 20h30 sous la conduite de Arnaud Vernay. Les trois premiers cours d'essai sont gratuits, vous avez ainsi le temps de vous faire une idée du ju-jitsu et de décider si cela vous

correspond. Concrètement, vous vous présentez au dojo 15 minutes avant le début du cours. Avec vous, un training... et l'envie de découvrir un art martial qui ne vous laissera pas dans l'indifférence!

Vous avez besoin de plus d'informations?

N'hésitez pas à nous contacter par mail info@judokwailausanne.ch, par téléphone 021 323 83 94.

Vous désirez découvrir la vie du club?

Retrouvez-nous sur Internet:

www.ju-jitsu-jkl.ch

et sur Facebook: JuJitsuJKL