

Entrez dans notre web !

Offres 25^e anniversaire !

www.budointernational.com

BUDO

INTERNATIONAL

« Systema » SV
Dmitri Skogorev

Choi Li Fut :
Le style de
l'ivrogne

Sifu Paolo Cangelosi :
Le combat libre

Interview :
Steve Tappin
« Escrime Concepts »

**Arts martiaux
samourais :**
Kaze no Ryu
L'école du vent

Combat Hapkido :
L'usage des points vitaux

Sifu Martin Sewer:
Hung Gar Kung Fu :
Forme avec un partenaire

Kung Fu,
Kyusho,
Muay Thai,
WingTsun...

Raúl Gutiérrez :
Fu Shih Kenpo

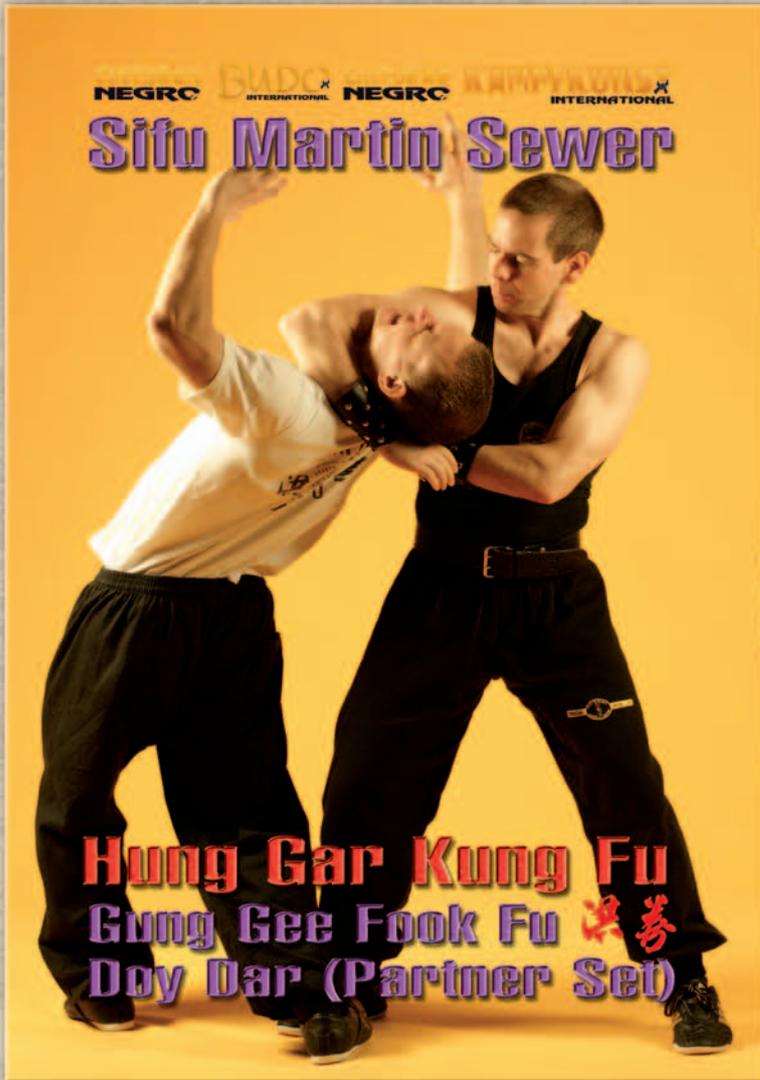
Photos inédites de la première !
Anniversaire de « The Big Boss »

Bruce Lee

La naissance d'un mythe

Hung Gar Kung Fu Gung Gee Fook Fu 洪拳 Doy Dar (Partner Set)

Sifu Martin Sewer



Les élèves passionnés de Shaolin Hung Gar n'ont encore rien vu de pareil à ce travail.

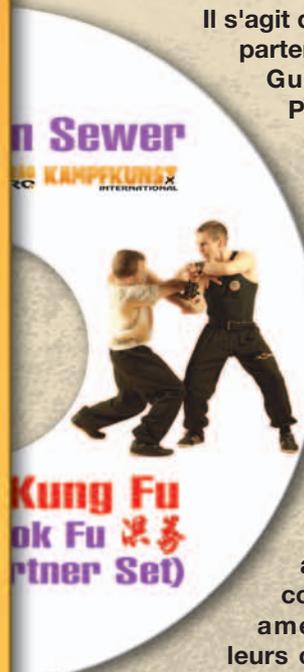
Il s'agit de la première forme avec un partenaire de Hung Gar, la forme Gung Gee Fook Fu Doy Dar.

Pour s'entraîner jusqu'aux limites du combat réaliste avec un partenaire, il est absolument nécessaire d'apprendre cette forme.

Le maître Martin Sewer, 8e dan, nous montre, aidé de deux de ses principaux instructeurs, les détails subtils de cette forme conçue pour le combat.

La forme Gung Gee Fook Fu Doy Dar aide les élèves qui veulent progresser à acquérir de nouvelles compétences de combat et à améliorer considérablement leurs capacités.

Ne manquez pas l'occasion de découvrir le véritable savoir du temple de Shaolin, ainsi que l'authentique Hung Gar Kung-Fu avec le grand maître Martin Sewer !



REF.: • SEWER5

DVD: 25,00 €



English
Italiano
Español
Français
Deutsch



VIDEO DOWNLOAD

Tous les DVDs produits par Budo International sont scellés au moyen d'une étiquette holographique distinctive et sont réalisés sur support DVD-5, format MPEG-2 (jamais VCD, DICX ou similaires). De même, l'impression des jaquettes ainsi que les sérigraphies suivent les plus strictes exigences de qualité. Si ce DVD ne remplit pas ces critères et/ou si la jaquette ou la sérigraphie ne coïncide pas avec celle que nous vous montrons ici, il s'agit d'une copie pirate.

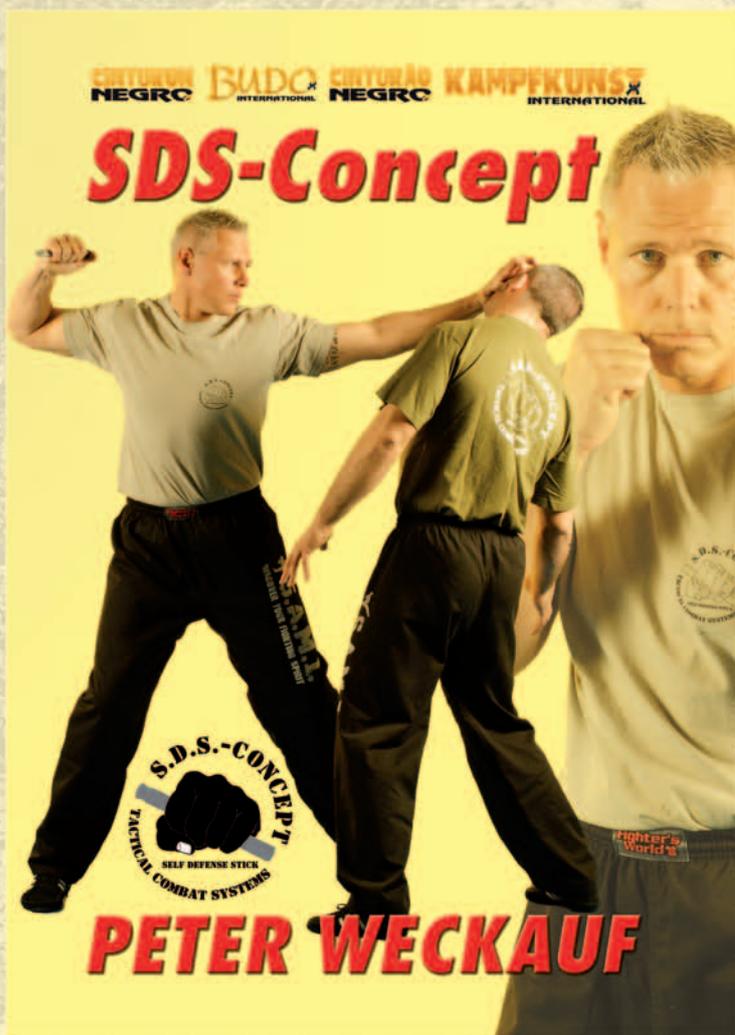
COMMANDES :
Budo international.net



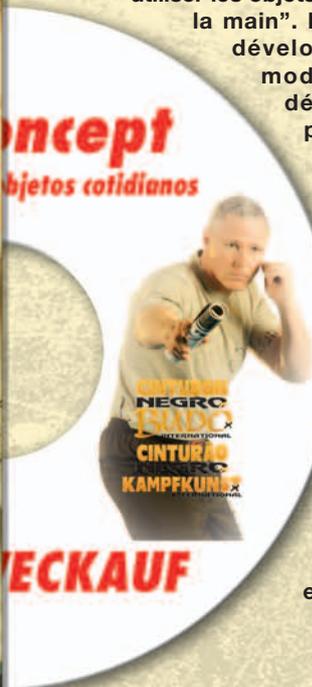
SDS-Concept

Self-défense avec
des objets quotidiens

PETER WECKAUF



“Comment puis-je apprendre aux gens à se défendre d'attaquants plus forts et armés sans devoir faire un entraînement compliqué ? Il se peut qu'il ne soit pas permis ou possible d'utiliser des armes, il nous faut donc utiliser les objets quotidiens que nous avons sous la main”. Partant de là, Peter Weckauf a développé un système efficace, moderne et individuel de self-défense, avec des techniques progressives, et destiné aussi bien aux civils qu'au personnel de sécurité, aux femmes ou aux groupes professionnels à haut risque. Le SDS Concept possède des techniques agressives pour la défense radicale contre toutes sortes d'attaques, mais il offre également une grande gamme de techniques d'attaque telles que les techniques décroissantes, les techniques des points de pression contre une résistance passive, la protection de tierces personnes et bien d'autres choses.



REF.: • SDS1

DVD: € 25,00

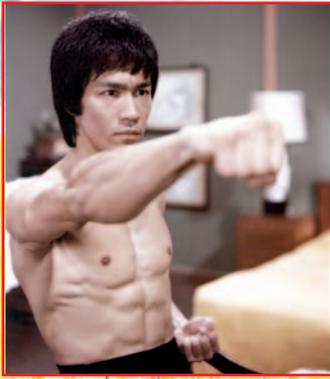


Tous les DVDs produits par Budo International sont scellés au moyen d'une étiquette holographique distinctive et sont réalisés sur support DVD-5, format MPEG-2 (jamais VCD, DICX ou similaires). De même, l'impression des jaquettes ainsi que les sérigraphies suivent les plus strictes exigences de qualité. Si ce DVD ne remplit pas ces critères et/ou si la jaquette ou la sérigraphie ne coïncide pas avec celle que nous vous montrons ici, il s'agit d'une copie pirate.

English
Español
Français

COMMANDES :
Budo international. net

BRUCE LEE



p. 06

La divulgation des arts martiaux ne fut possible que grâce à la série « Kung-Fu », basée sur une idée originale de Bruce Lee et surtout, grâce aux films de cet acteur qui devint une figure distinctive de l'époque et l'image et l'ambassadeur incontestable des arts martiaux à niveau mondial.

COMBAT HAPKIDO



p. 42

Imaginez un moyen d'améliorer vos techniques en un seul jour d'étude et de pratique. Est-ce trop beau pour être vrai ? Si oui, vous aurez envie de continuer à lire car c'est exactement ce que le programme des points de pression tactiques (TPP) du Combat Hapkido a fait pour de nombreux élèves.

BUGEI



p. 20

Une chose est sûre : celui qui a étudié (ou qui étudie) avec des Japonais de l'après-guerre a sûrement affronté (ou affronte) un sérieux problème de communication quotidienne. Aujourd'hui, plusieurs maîtres ont intelligemment introduit la dialectique dans le Bugei afin de favoriser la bonne cohabitation à cette époque de globalisation.

TAOWS ACADEMY



p. 70

En février dernier, le grand maître Steve Tappin s'est rendu en Espagne pour diriger un stage organisé par la TAOWS Academy et le Sifu Salvador Sanchez. Après le stage, le Sifu Salvador Sanchez, accompagné de David Gonzalo Smyth, rencontra le grand maître. Nous vous présentons ici le résultat de cette entrevue qui devrait beaucoup intéresser les passionnés d'arts martiaux.

Zusammenfassung



Sommaire Sumario

BUDO INTERNATIONAL DANS LE MONDE

Budo International est un groupe éditorial international spécialisé dans les Arts Martiaux. Unique organe de presse à vendre une revue spécialisée dans les Arts Martiaux en six langues et dans le monde entier, il est en contact avec toutes les grandes compagnies spécialisées dans son domaine. Budo International touche plus de cinquante pays.

Une production de: Budo International Publishing Company

COMBATE FEE STYLE



D'une expérience de plus de 40 ans de dévouement total à l'étude, la recherche et la pratique des arts martiaux, le grand maître Paolo Cangelosi a créé un système complet et efficace pour tous les fans du combat.

p. 14

HUNG GAR KUNG FU



La première étape de croissance dans la formation traditionnel du Hung Gar Kung-Fu est ce que beaucoup d'élèves décrivent comme l'apprentissage de la forme principale du système : Gung Gee Fook Fu Kuen ou « La Conquête du poing du Tigre ».

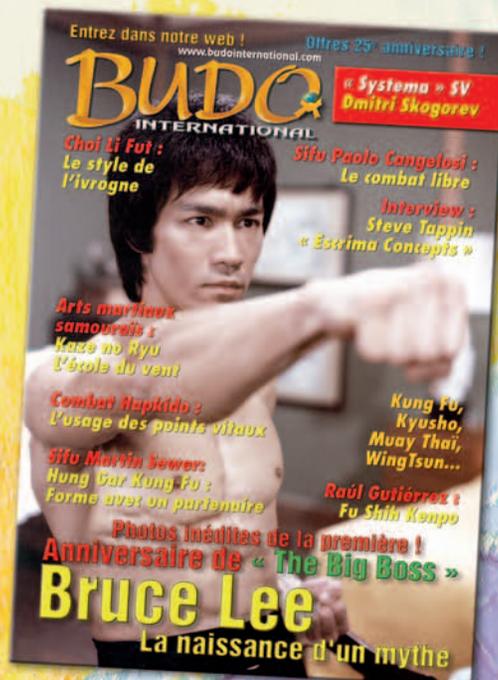
p. 26

SYSTEMA RUSSE



Dmitri Skogorev est l'un des grands des arts martiaux russes. Derrière ses yeux de loup, il y a un maître des arts slaves, quelqu'un qui a voyagé dans le monde entier et a fait le maximum pour faire connaître les manières révolutionnaires de concevoir le combat telles qu'on le concevait dans l'ancienne Union soviétique.

p. 52



Summary



Sumario Sommario

REDACTION: c/ Andrés Mellado 42, 28015 Madrid, Espagne. Tél: (34) 91 897 83 40, Fax: (34) 91 899 33 19, E-mail: budo@budointernational.com • Directeur de publication: Alfredo Tucci, e-mail: budo@dimasoft.es • Coordination Internationale: Alfredo Tucci • Service publicité: (+34) 91 549 98 37. • Correspondants permanents: Don Wilson, Yoshimitsu Yamada, Cass Magda, Antonio Espinós, Jim Wagner, Coronel Sanchís, Marco de Cesaris, Lilla Distéfano, Maurizio Maltese, Bob Dubljanin, Marc Denny, Salvador Herraiz, Shi de Yang, Sri Dinesh, Carlos Zerpa, Omar Martínez, Manu, Patrick Levet, Mike Anderson, Boulahfa Mimoum, Víctor Gutiérrez, Franco Vacirca, Bill Newman, José M^a Pujadas, Paolo Cangelosi, Emilio Alpanseque, Huang Aguilar, Sueyoshi Akeshi, Marcelo Pires, Angel García, Juan Díaz. • Tous droits de reproduction réservés pour tous pays. Les documents reçus sont conservés par la rédaction et ne sont pas rendus à leurs expéditeurs. Leur envoi implique l'accord sans réserve d'aucune sorte pour leur publication.



Editorial

La stupeur

« L'ombre n'existe pas ; ce que vous appelez l'ombre, c'est la lumière que vous ne voyez pas. »
Henri Barbusse

« L'homme honnête ne craint pas la lumière ou l'obscurité. »
Thomas Fuller

Tout véritable éveil spirituel offre le même visage, celui de la surprise.
C'est curieux comme après coup on raconte les choses ; les légendes se forment à partir de la mémoire sélective du protagoniste, tandis que le reste du monde qui coïncide avec cette opinion, avec cette même longueur d'onde, se charge de la cristalliser sous forme de mythe.

Nous imaginons toujours l'illumination des grands hommes de l'histoire comme une apogée, concentrés et recueillis sur eux-mêmes... conscients de la manière dont l'arrivée du destin touche magiquement leur esprit. Mais la véritable image de ce moment ressemble plus au visage que nous avons au réveil, les yeux gonflés... étourdis, absents et désorientés.

L'âge apporte la capacité de reconnaître ces moments tels qu'ils sont, non seulement en soi, mais également chez les autres, parce qu'avec un peu de chance, les années qui vous obligent à porter des lunettes au physique, vous les ôte au spirituel.

Le spirituel, quand il est véritable, est bien loin d'être prosaïque, mais pour nous, les Occidentaux, héritiers de la culture judéo-chrétienne et éduqués dans un morale construite en fonction de l'idée du bien et du mal (bien que leur usage soit ambivalent), l'expression de surprise est toujours une expression de stupeur.

Il y a deux raisons principales qui font que cette constante ne manque jamais :

La première, l'ignorance absolue, car on a, pour servir de base de la construction du spirituel, remplacé l'expérience directe par la foi.

La seconde, l'optimisme spirituel que dégage tout « sauvetage »... Pardonnez-moi le néologisme : « sauvetage » : religions dans lesquelles les actions héroïques d'un intermédiaire nous sortent d'affaire ». Le « sauvetage » bannit la propre responsabilité de l'éveil et de la vie même sur base de deux prémisses : « Fais ce que je te dis et tout ira bien » et « Ne te soucie pas de penser, je l'ai fait pour toi ». L'optimisme spirituel surgit irrémédiablement de la morale du bien et du mal : j'ôte le mal et je conserve le bien... et voilà ! Magnifique ! Facile ! Aussi facile qu'un meuble en kit, sauf qu'ici, c'est comme avec ces puzzles achetés d'occasion, quand vous les montez, il manque toujours une pièce.

Un des problèmes du bien et du mal c'est que les pièces s'ajustent à nos yeux parce que nous voulons les ajuster. Nous avons besoin de les ajuster ! La vérité est toute autre : tout bien de l'un est mal d'un autre. Si j'achète dans une boucherie, je nuis à une autre, lui ôtant une occasion. C'est inévitable : quand vous favorisez l'un, vous cessez de favoriser beaucoup d'autres. Comme vous voyez, en faisant « le bien », le « mal » apparaît. La même dialectique est applicable au mal, car le mal de certains sera toujours le bien d'autres. La nature dans son devenir impeccable nous l'enseigne constamment, avec sa loi silencieuse et implacable qui veut que toute vie s'appuie sur la mort d'une autre.

Et vous direz : et alors ? Sans moral, qu'est-ce qui peut orienter et diriger nos vies ?

S'interroger est très certainement le début de tout éveil. Douter nous tient en alerte... l'expression de stupeur est en fin de compte un signe qui nous indique que nous sommes sur la bonne voie. Questionner la nature des choses n'est pas un exercice illégitime, c'est la base de la transgression indispensable qui précède toute illumination. En ce qui concerne le monde spirituel, ce n'est pas différent. Cependant, le poids de notre morale est si fort que nous finissons par déplacer ses tares même dans nos changements de scène. Les religions « new age » forgées en Occident, dégagent également cette pestilence de simplismes et d'optimisme défraîchi que nous avons hérité du passé. De ce point de vue, et au-delà du religieux, ces autres formes de « religions modernes », basées sur la morale du solidaire et qui influencent tellement les plus jeunes, ont le même défaut.

S'éveiller à la vérité est aux antipodes du simplisme moral, mais, croyez-moi, cette expression que je reconnais chez mes proches, chaque fois qu'une lumière se fait dans leur esprit, est tout un poème. Stupéfaits, en état de choc, ils se demandent ce qui leur arrive, parce que le monde n'est pas comme ils croyaient qu'il était et, toujours, inévitablement, surgit la tentation de faire un pas en arrière, parce que nous aimons tellement l'univers du connu que même lorsque nous sommes face à la constatation absolue de notre erreur, nous voulons nous y afférer.

Tout éveil est un saut dans le vide de l'inconnu ; et le monde occulte a beau nous attirer avec son mystère et son charme magique, nous craignons l'obscurité qui l'entoure à tel point que beaucoup choisissent de battre en retraite alors que le moment est venu d'ouvrir les yeux. Les recueils de proverbes populaires sont pleins de sentences qui appuient cette vérité, par exemple : « Le mieux est l'ennemi du bien » ou encore « Un tiens vaut mieux que deux tu l'auras ».

Le non-conformisme est la force motrice de l'évolution et l'ambition de savoir la seule force positive. Châtrés par une culture du « bonnisme », par une morale toujours simpliste, les yeux de l'esprit ne peuvent regarder et voir ce qui « est » mais ce qu'ils aimeraient qu'il soit. Reconstruire notre regard est un processus qui ne peut qu'être « en mode manuel » car « le mode automatique » s'alimente de l'inertie... et pour continuer avec les proverbes : « Chassez le naturel, il revient au galop ». La nature de l'esprit est de simplifier, d'automatiser, de répéter et d'économiser de l'énergie.

L'esprit est économe. Il efface même les photographes de nos paupières quand nous les fermons (est-ce que certains d'entre vous s'en rendent compte et voient en noir quand cela se produit ? Ah ! Maintenant si ?... Esprit trompeur !).

Tout allumage consomme des tonnes d'énergie, toute illumination se base sur ce gaspillage démesuré que représente l'acte de prise de conscience. Mais vous, que préférez-vous ? Regarder et voir ? Ou inventer la réalité ? Tout a un prix et, pour l'évolution spirituelle, ce n'est pas différent. Tout éveil est un naufrage de ce que nous sommes et implique nécessairement un moment de stupeur, un moment de doute, et un autre de désorientation. Une fois franchi le seuil, les yeux s'habituent à la pénombre, la caverne ne nous apparaît pas aussi obscure que ce que

Photo de couverture gracieusement
cédée par Michael Tudela



<https://www.facebook.com/alfredo.tucci.5>

nous pensions et parmi les ombres, nous distinguons avec joie les silhouettes amies d'autres qui avant vous osèrent entrer, des frères qui tendent leur main, des sourires sereins, des mains chaleureuses et généreuses, parce rien n'unit autant que les expériences extrêmes et il n'y a rien de plus extrême que de mourir à ce que nous sommes pour laisser naître ce que nous ne sommes pas encore. Comme la chenille, au cours de notre métamorphose, nous faisons un cocon de notre description du monde pour ensuite, consciemment ou inconsciemment, le détruire et renaître comme des papillons.

Le monde spirituel, tout comme le monde physique, n'est pas ce que nous voulons qu'il soit, mais ce qu'il est. Toutes sortes de forces, d'énergies, de consciences et de tensions s'enchevêtrent en un « mare magnum » sur des couches alimentées par leur propre nature, changeantes, ambiguës, harmonisées ou en conflit. De ce fait, toute voie d'apprentissage, tout plan hérité, aussi précis qu'il soit, exige de celui qui l'utilise un esprit inquisiteur, mais ouvert, de ceux qui ne croient rien, mais ne nient rien, vêtu de l'humilité de celui qui ignore, mais investi de la détermination d'un général. Non, il n'est pas facile de regarder pour voir et de conserver la lucidité nécessaire pour ne pas perdre le nord dans les méandres de l'esprit et finir, comme tout fleuve... par atteindre la mer. Dès lors, il n'y a aucune sagesse spirituelle qui puisse être soutenue par l'obstination d'une doctrine quelconque construite par les hommes. Il est et il sera toujours nécessaire que chaque individu s'éveille en regardant les choses en face et ce jour-là, dans son illumination, déconcerté et effrayé, il n'aura sûrement pas l'expression que nous imprimons sur le visage du paradigme du sage. Stupeur, surprise, étourdissement, sont de meilleurs signaux de croissance spirituelle, meilleurs qu'aucun autre.

Alfredo Tucci est General Manager de
BUDO INTERNATIONAL PUBLISHING CO.
Email : budo@budointernational.com

Alfredo Tucci



Bruce Lee

Bruce Lee

La naissance d'un mythe The Big Boss fait sa sortie en Occident

De nos jours, nous acceptons beaucoup de choses de notre vie quotidienne, les plus jeunes surtout, comme si nous avions toujours vécu avec elles. Pourtant, des technologies aussi communes que les ordinateurs, les portables, l'Internet, les téléphones mobiles, les vidéos-conférences, etc., étaient, jusqu'il y a peu, inconnues et inexistantes. Elles sont pourtant aujourd'hui devenues indispensables pour le travail et le loisir de la majorité des gens, des jeunes principalement.

Quand on explique notre existence sans elles auparavant, on nous regarde comme si nous venions de la préhistoire. Si nous extrapolons cela au thème des arts martiaux, c'est la même chose. On dirait qu'ils sont avec nous depuis toujours et pourtant, il n'en est pas ainsi. Avant 1973, ceux-nous ne s'étaient pas encore répandus, même si dans certains pays d'Europe et aux États-Unis, ils arrivèrent un peu avant que dans d'autres.

Leur divulgation ne fut possible que grâce à la série « Kung-Fu », basée sur une idée originale de Bruce Lee et surtout, grâce aux films de cet acteur qui devint une figure distinctive de l'époque et l'image et l'ambassadeur incontestable des arts martiaux à niveau mondial. Ce que vous allez découvrir ici, c'est la naissance du mythe et de tout ce qui l'entoure. Voici son histoire.

Pour être plus impartial, je me suis embarqué dans ce « voyage dans le passé » avec Francesc Fernández, qui comme beaucoup d'autres a vécu également cette époque.

Voici donc...

Avant

En 1973, les westerns faisaient toujours fureur quand on les projetait, s'il y avait de l'action, les salles de cinéma se remplissaient. On y retrouvait certains dénominateurs communs : les personnages, quand ils se battaient, lançaient des coups de poing qui suivaient de grands parcours circulaires, mêlant un peu de technique de Boxe à du combat de rue. C'est à peine si on esquivaient, c'était plutôt un échange de coups dans la tentative de voir qui était le plus fort ou qui résistait le mieux. On n'esquivaient pas les coups, ça c'était réservé aux « méchants ».

Évidemment, suivant cette logique, les plus forts et les plus corpulents avait tou-

tes les chances de gagner. Les héros des films devaient se débrouiller et utiliser toutes sortes de stratégies et de subterfuges pour vaincre les plus forts. Normalement, les combats étaient de un contre un, deux attaquants à la fois étant une infamie. L'acte le plus bas et le plus vil consistait à attaquer dans le dos ou avec un couteau ou une bouteille cassée. Quand ces objets apparaissaient, le public devenait tendu, le héros grâce à son courage ou à un coup de chance sortait victorieux de ces situations, mais nous savions tous que tout ça c'était du chiqué. Que pouvait-on faire face à une arme blanche ? Dans toutes les scènes, quand le héros était attaqué par de nombreux adversaires, irrémédiablement il était dominé et fait prisonnier. Que pouvait-on faire face à l'attaque de nombreux adversaires ? C'étaient là les canons de n'importe quelle production cinématographique de l'époque...

Après L'arrivée des arts martiaux

Le 21 octobre 1973, on annonça, à la télévision espagnole, l'épisode pilote d'une nouvelle série intitulée « Kung-Fu ». On le diffuserait un dimanche soir, en première, et s'il avait du succès, il deviendrait la série du samedi soir, autrement dit, il passerait à la frange horaire de plus grande audience, réservée aux meilleurs programmes ou séries du moment.

Dans l'annonce, on voyait un « Chinois » (tous les Orientaux étaient chinois) qui faisait des mouvements très étranges et s'ôtait une lame plantée dans le corps comme si de rien n'était. Quelques jours avant son émission, tous les jeunes et les moins jeunes, parlaient de la série. Dans toutes ces conversations, surgissait toujours la même question :

« C'est quoi ce Kung-Fu ? ». Nous pensions que c'était le nom du héros, mais le dimanche 28 octobre 1973, date de son émission, tous les doutes furent dissipés, il s'agissait du nom du « Karaté chinois ».

Quoi qu'il en soit, « Kung-Fu » surprit les grands et les petits et ne laissa personne indifférent, attirant l'attention de tous, aussi bien par la manière de se battre que par sa philosophie. Ce fut impactant, on n'avait jamais rien vu de pareil. Les jours qui suivirent, on voyait tous les enfants et les jeunes du quartier imiter les postures et les coups de la série. En quelques semaines, les enfants





avaient cessé de jouer aux Indiens et aux cowboys. Au lieu de cela, ils prenaient d'étranges postures, ils sautaient et donnaient des coups de pied et frappaient avec la main ouverte. La série devint un véritable phénomène social en Espagne, elle remporta même un « TP de oro » au meilleur acteur étranger, David Carradine. Et ce fut la même chose dans d'autres pays...

D'après les données que nous possédons, sur le vieux continent, nous fûmes les premiers à la voir. En France, la série fut diffusée à partir du 13 avril 1974, en Belgique du 24 novembre, en Hollande du 13 décembre, en

Allemagne, du 27 septembre 1975 et en Italie, avril 1975.

« Kung-Fu » est une série télévisée américaine, qui fut en son temps récompensée par plusieurs « Emmys », entre autres ceux de meilleur réalisateur, et par divers autres prix tels que les Golden Globes. Produite par la Warner Bros et diffusée par la chaîne ABC entre les années 1972 et 1975, elle fut créée par Ed Spielman, suivant un scénario du coproducteur Herman Miller, et réalisée par Jerry Thorpe, avec une musique composée par Jim Helms que beaucoup d'entre nous fredonnaient. Il y eut un épisode pilote suivi de 62 épisodes de

50 minutes qui furent émis en trois saisons. L'épisode pilote fut diffusé aux États-Unis le 14 octobre 1972 et s'intitula « The Warrior », dans un premier temps.

La série raconte les aventures d'un moine chinois, solitaire, de Shaolin appelé Kwai Chang Caine (le personnage adulte est interprété par David Carradine, le jeune par Keith Carradine et l'enfant par Radamés Pera), qui voyage dans l'ouest américain utilisant comme seules armes son habileté dans les arts martiaux et la force intérieure de sa philosophie de vie, le taoïsme. Il essaye de retrouver son



Bruce Lee



demi-frère, Danny Caine, pour commencer une nouvelle vie en famille. Kwai Chang Caine a dû fuir la Chine après avoir tué par accident le neveu de l'empereur.

Petit à petit, à mesure que nous voyions les différents épisodes de la série, nous avons appris qu'on projetait dans les salles de cinéma des films Kung-Fu où dans certains d'entre eux, on se battait avec des épées tandis que dans d'autres, on utilisait les mains nues. Malgré ces petites différences, ces films avaient un dénominateur commun : leur incroyable succès. Pour la critique cinématographique, un nouveau genre de cinéma était né, celui des films de Karaté, d'abord, qui furent ensuite catalogués et appelés films de « Kung-Fu ».

Au début, ce genre de cinéma en Espagne fut un véritable surprise, du jamais vu auparavant. Le risque existait cependant (malgré le succès initial) de le voir se convertir en une mode passagère. Il manquait quelque chose de plus, une éclosion, un boom... Pour suivre la voie qui fit du western spaghetti un genre reconnu, il fallait le film définitif, le référent, celui qui donnerait l'impulsion finale, toucherait le grand public et serait connu aussi bien par les fans du genre que par les autres.

Comme vous l'aurez deviné, je me réfère au film qui est considéré comme l'œuvre emblématique du genre, en tout cas à l'époque et pendant de nombreuses années : « Opération Dragon » (« Enter the Dragon », 1973), produite (et ce n'est pas un hasard) par la Warner Bros, la même maison de production que celle qui finança la série « Kung-Fu ». Et effectivement, ce film, qui sortit en salle chez nous le 9 mai 1974, marqua un tournant dans le nouveau genre





qui était apparu sur nos écrans avec des films comme « The Big Boss », également avec Bruce Lee, l'expert martial le plus charismatique de tous les temps.

Il y a toujours un point d'inflexion dans toute évolution d'un genre cinématographique, certains naissent d'une œuvre culminante qui entraîne d'autres films dans son sillage qui

aspirent à la dépasser. D'autres deviennent des modes qui arrivent à un point de maturité avec une œuvre maîtresse. Comme je le disais avant, le genre des arts martiaux et des films de



Bruce Lee

CINERAMA
(BARCELONA)
TRIUNFO TOTAL del más sorprendente y espectacular film del nuevo cine chino
CHINA lanza a su actor favorito BRUCE LEE una película en el que el heroísmo humano enfrenta, una vez más, contra el más leznable negocio: EL TRAFICO DE D



FUERZA SOLO RESIDE EN TUS MANOS...
...ENTE PARA MAYORES 18 AÑOS

Kung-fu siguió una voie très semblable à celle du western spaghetti.

Dans le cas qui nous occupe, « The Big Boss » arriva d'abord sur nos écrans, ce fut la nouveauté, le début du genre. Il ne fut cependant pas reçu de manière particulièrement chaleureuse en dehors des jeunes qui furent surpris par quelque chose qu'ils n'avaient jamais vu : les arts martiaux. Bien qu'ils possédaient déjà les références de leur genre favori jusqu'alors, le western « violent », en ce qui concernait les arguments, ces films leur apportaient quelque chose de plus. Tout cela ne représenta pas un passage traumatique pour la préférence d'un genre sur l'autre, même si, anxieux de découvrir quelque chose de nouveau, les jeunes se précipitèrent dans les salles de cinéma, mais aussi dans les dojos qu'il y avait à l'époque. L'arrivée de « Opération Dragon » permit de faire un saut qualitatif dans le genre, elle l'installa et le diffusa auprès du grand public. Ce fut une explosion et un point de départ pour tous et pas seulement pour un secteur, avec, outre l'attrait pour les films, une attraction pour les arts martiaux orientaux en général.



十年人事幾番新
如我大兄有幾人

舊影迷+新市民+新一代
擁躉與日俱增!

李小龍
逝世十週年紀念
全世界再版發行

李小龍震驚
世界第一! 今日重睇
更有新感受!

粵語對白本:
新捧具新剪輯

衣依 田俊 苗可秀
羅維
鄒文懷

THE BIG BOSS

嘉禾	帝后	柴灣	嘉年	皇都	皇后
萬年	南昌	京華	國際	帝好	紅麗
南	域多	金茂	滿光		

fuerza, su astucia
contra aquellos
enemigos...



REAL CINEMA CINERAMA

JUEVES 9 MAYO, ¡GRAN ACONTECIMIENTO!
ESTRENO DE UN FILME QUE BATE EN EL MUNDO TODOS LOS RECORDS DE PUBLICO

A LA FUNCION DE NOCHE ASISTIRAN PRIMERAS FIGURAS DEL DEPORTE NACIONAL

Operación Dragón

PRESENTADA EN CINERAMA

BRUCE LEE - JOHN SAXON - ANNA CAPRI - "OPERACION DRAGON" BOB WALL - SHEER AID

Banda sonora original en discos HISPAVOX-WARNER
Mayores de 18 años

REX

MAÑANA, LUNES, GRANDIOSO ESTRENO!!

MUCHOS SIGLOS DE EXPERIENCIAS CONVIRTIERON A AQUELLOS HOMBRES EN AUTENTICOS Y ENFURECIDOS DEMONIOS

FURIA ORIENTAL

BRUCE LEE

REAL CINEMA

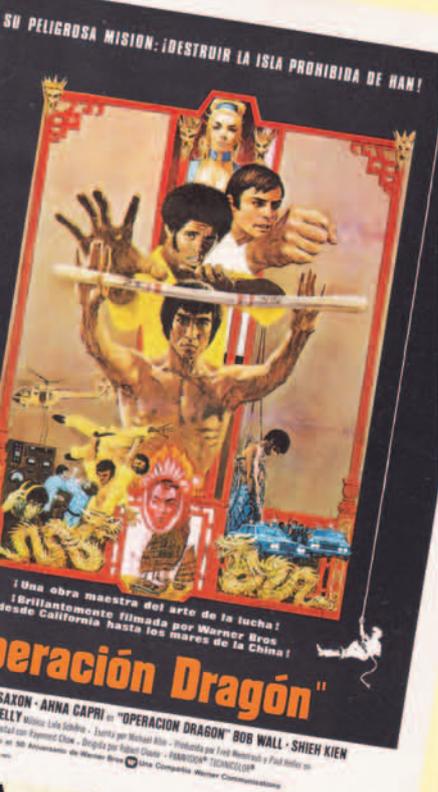
JUEVES 9 MAYO
ESTRENO DE UN FILME QUE BATE EN EL MUNDO TODOS LOS RECORDS DE PUBLICO

A LA FUNCION DE NOCHE ASISTIRAN PRIMERAS FIGURAS DEL DEPORTE NACIONAL

Operación Dragón

BRUCE LEE - JOHN SAXON - ANNA CAPRI - "OPERACION DRAGON" BOB WALL - SHEER AID

Banda sonora original en discos HISPAVOX-WARNER
Mayores de 18 años



L'entrée du Dragon

La question, quel que soit le nom que nous donnons à ces films, c'est qu'aussi bien la série que les films ont tout révolutionné. Un tas de personnes voulurent apprendre ces systèmes de combat et beaucoup se sentirent attirés et désirèrent connaître et apprendre leur philosophie. Entre la série et les quelques films à l'affiche, très vite un Chinois commença à ressortir parmi tous les autres. Ceux qui le voyaient étaient éblouis et restaient bouchée-bée devant les habiletés de ce maître, « champion de toutes les spécialités du combat » et qui avait commencé à pratiquer, enfant, au temple de Shaolin. Un prodige dans l'art du combat, du jamais vu. Son nom : Bruce Lee, vedette de « The Big Boss ». Ce film s'intitula en Espagne : « Karaté à mort à Bangkok », ce qui lui valut ce commentaire à l'époque : « Curieux titre pour un film de Hong Kong, avec en vedette un Chinois, expert en Kung-Fu, et tourné en Thaïlande ».

De nos jours, ceci est totalement incohérent et ridicule, mais à

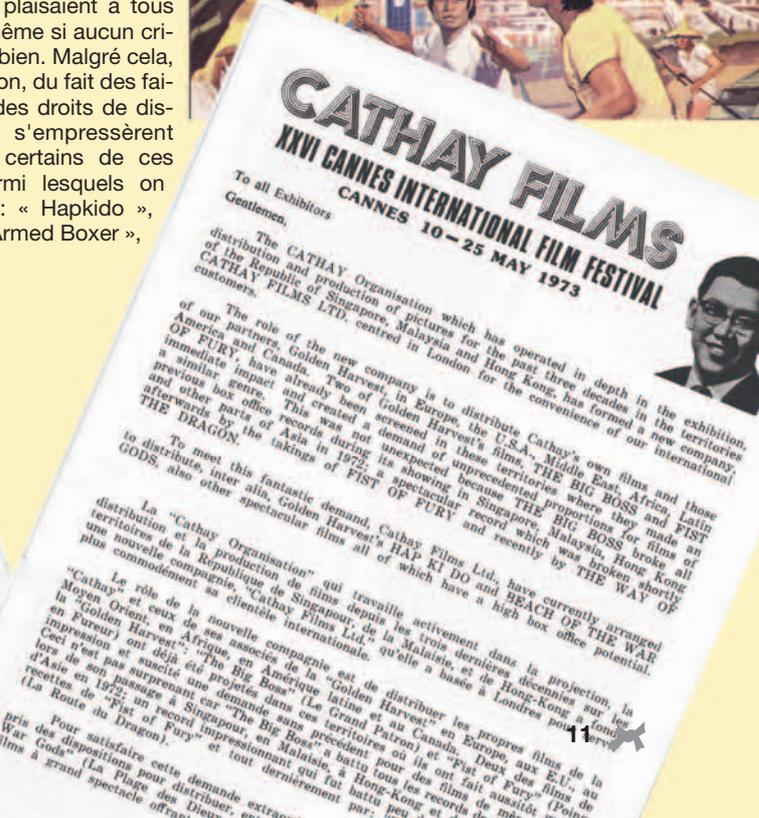
l'époque, c'était un titre tout à fait adéquat et judicieux.

La maison de distribution Cathay Films Limited, qui regroupait surtout les productions de la Golden Harvest, présenta son catalogue de films au Festival de Cannes, qui se célébra du 10 au 25 mai 1973.

Il convient de faire remarquer qu'en peu de temps, Cathay ouvrit une délégation en Europe, concrètement au 129/131 Oxford Street à Londres, qui fut à l'époque la Mecque des fans de Bruce Lee et de ses publications pour acquérir du matériel graphique et des informations. Bien qu'on ne pouvait offrir que bien peu à l'époque, où tout était conjectures sur le Petit Dragon, cela représentait néanmoins une information très estimable.

Ceux qui virent les films furent surpris par un nouveau genre cinématographique. Du point de vue cinématographique, ces films péchaient en maints endroits, mais ils distrayaient et plaisaient à tous ceux qui les voyaient, même si aucun critique n'en dit jamais du bien. Malgré cela, les maisons de production, du fait des faibles coûts des droits de distribution, s'empressèrent d'acheter certains de ces titres parmi lesquels on

trouvait : « Hapkido », « One-Armed Boxer »,





« Beach of the War Gods », « The Big Boss », « Fist of Fury », etc.

Au festival de cinéma se rendirent diverses maisons de distribution espagnoles et, dans le cas qui nous occupe, Incine acquiesça les droits de deux films qui avaient battu des records d'entrées en salle en Orient et qui avaient toutes deux pour acteur principal un tel Bruce Lee. Elles décidèrent de doubler et de sortir en salle le premier qu'il avait tourné. Comme personne ne savait très bien quel était ce style de combat, la maison de distribution utilisa pour intituler le film quelque chose qu'en théorie tout le monde connaissait et pouvait classer et identifier dans ces mouvements inconnus de combat, ils l'appelèrent donc « Karaté à mort à Bangkok ». Il sortit en salle à Madrid le 6 avril 1973 et à Barcelone deux semaines plus tard, concrètement le 21. Autrement dit Bruce Lee arriva en Espagne avant la série Kung-Fu. Le film inaugura donc le genre, obtenant au début un accueil plutôt tiède, mais devenant dans les mois qui suivirent un véritable succès en salle.

En Espagne, la recette totale du film fut de 323.522 euros et 1.340.560 spectateurs le virent. En 1981, la maison de distribution Ados Fils racheta les droits et réalisa une nouvelle sortie du film en salle qui rapporta en 1981 la somme de 621.890 euros ; 694.192 spectateurs, la virent. À partir de là, dans une tentative d'augmenter les recettes, d'autres maisons de distribution utilisèrent pour les titres de leurs productions le terme de « Karaté ». Plus tard, il sera remplacé par celui de « Kung-Fu », mais avant cela, une vingtaine de longs-métrages de ce genre furent diffusés.

L'important, c'est qu'avec l'émission de la série « Kung-Fu », la popularité des arts martiaux grandit de semaine et semaine et l'intérêt des spectateurs pour eux augmenta.

Logiquement, parmi les experts et maîtres, il y en avait un qui ressortait largement du lot : Bruce Lee. Celui qui avait eu l'occasion de le voir en action parlait de lui de manière très exaltée et frénétique. Tous imitaient ses cris, ses postures et simulaient ses coups, tous rêvaient de se battre comme lui. Un bon bout de temps passa avant que « Karaté à mort à Bangkok » cessât d'être projeté à Madrid et à Barcelone, surtout dans les programmes doubles, et passât aux cinémas de la périphérie, où on laissait entrer les mineurs d'âge.

Je pus enfin aller voir ce guru fantastique, mais... quelle déception et quelle impatience au début... Ils n'arrêtaient pas de parler et Bruce Lee ne se battait pas ! Je suis sûr que tout le monde avait payé son entrée pour le voir en action. Était-ce vrai tout ce que l'on disait et écrivait sur lui ? Ce moment semblait n'arriver jamais, la première partie du film se fit interminable, mais enfin, dans la fabrique de glace, il

commença à combattre et... effectivement personne n'avait exagéré d'un pouce à son sujet, il était réellement fantastique, personne ne pouvait lui être comparé, ni de loin. Vous restiez tout simplement extasié et hypnotisé en le voyant combattre. Cette manière de combattre ne pouvait être décrite ; en outre, il avait un charisme particulier, quelque chose qui attirait les masses, il fallait le voir pour le croire, c'était quelque chose que l'on ne pouvait raconter, juste le vivre. Comment décrire cette virtuosité martiale, ce talent et ce magnétisme qu'il irradiait ? Comment comparer Bruce Lee avec David Carradine ou avec les « Chinois volants » qui apparaissaient au grand écran ? Si après 40 ans, il n'a pas trouvé de successeur, comment le comparer avec les acteurs des premiers films de « Karaté » qui sortirent ? Ce n'est pas qu'il se soit trouvé à des années lumières d'eux, simplement, on ne pouvait établir aucune comparaison, parce qu'il n'y avait rien de comparable... Ce degré de maîtrise était sans pareil chez aucun autre acteur ou maître, c'était un art martial en mouvement élevé à la perfection absolue.

La naissance d'un mythe

Bruce Lee, avec un seul film, pulvérisa tous les clichés qui avaient existé jusqu'alors dans l'art du combat en Occident, à tel point qu'à tous les niveaux, il y eut un avant et un après. On exagère pour les plus sceptiques ? Qu'ils jettent un œil rétrospectif, cinématographiquement parlant, sur la situation avant et après l'arrivée de Bruce Lee en Occident. Avant l'arrivée du Petit Fragon, l'idée qu'on avait du combat consistait à échanger des gnons à tout-va, type John Wayne ou Terence Hill et Bud Spencer. C'était l'époque où les grands super-héros pouvaient laisser KO d'un seul coup des adversaires, plus petits bien sûr. Soudain apparaît Bruce Lee qui pulvérise toute cela en un seul film, deux pour certains... Incroyable, non ?

Ces années-là, il était impensable que l'on puisse utiliser les jambes pour autre chose que courir ou, tout au plus, achever d'un coup de pied quelqu'un qui se trouve par terre. Voir Bruce Lee désarmer un adversaire armé d'un couteau avec un coup de pied qu'on ne voyait même pas et en outre le faire avec une facilité époustouflante, frappa des milliers de personnes. Les images de ces combats resteront gravées dans la rétine de milliers de spectateurs.

Je suppose que tout cela peut paraître exagéré de nos jours, mais si cette manière de combattre surprit en Orient, comment n'allait-elle pas le faire en Occident ? Récapitulons. Quand « The Big Boss » sortit en salle, le 31 octobre 1971 à Hong Kong, Bruce Lee étonna le public en général et les critiques en particulier, et pourtant dans la colonie

britannique, tout le monde était familiarisé avec les arts martiaux. Voici une anecdote. « The Big Boss » sortit simultanément dans 16 salles de cinéma, une chose absolument incroyable et surprenante à cette époque, plus encore avec une production locale, battant les records dès le premier jour de projection, parvenant à recueillir 371.000 dollars de Hong Kong en un seul jour, avec toutes les séances complètes. Le film passa à l'histoire pour être parvenu à récolter plus d'un million de dollars en trois jours, devenant en peu de temps (19 jours) le film le plus rentable de l'histoire de Hong Kong, dépassant le précédent de 800.000 dollars. À la fin de son exploitation dans les salles de cinéma de Hong Kong, les recettes atteignirent 3.197.416 dollars. Ce ne fut pas un cas unique. Dans d'autres pays du Sud-Est asiatique tels que la Malaisie ou Singapour, ce fut la même chose. Si en Orient, où tous avaient l'habitude des arts martiaux et des coups de pied dans un combat, Bruce Lee surprit experts et moins experts par son habileté (rappelons que dans le combat final, Bruce Lee effectua trois coups de pied en suivant, raison pour laquelle la presse spécialisée le surnomma « Li Sanjio », « Les trois jambes de Lee »), comment les « Laowai » (les « yeux ronds », autrement dit les Occidentaux), n'allaient-ils pas être surpris ?

Et cette habileté, il n'en faisait pas seulement preuve dans les coups de pied, sa manière d'utiliser les poings nous laissait également stupéfaits, ils étaient imparables et démolisseurs. Enfin, cette manière de combattre, dans son ensemble, était indescriptible et inénarrable. Quel effet ne causerait-il pas en Occident où nous ne connaissions pas les arts martiaux ? Comment comparer Bruce Lee aux autres acteurs chinois quand ceux-ci, pour donner un coup de pied au visage, avaient besoin de plusieurs prises de vue ? Dans n'importe quelle production de l'époque, on peut remarquer qu'on les filmait d'abord en garde, puis quand ils commençaient le mouvement, ensuite on utilisait un vieux truc pour augmenter leur habileté : la personne qui recevait le coup de pied se mettait à genou et on filmait le pied de l'acteur le frappant au visage.

Autrement dit, pour filmer un coup de pied, il fallait plusieurs plans. En revanche, avec Bruce Lee, les prises étaient extrêmement longues, avec un tas d'enchaînements de différentes techniques filmées depuis un plan général, où il n'y avait pas de place pour les trucs. Cette habileté impensable avec les jambes était comparable à celle de ses poings.

Enfin, tout cela dans son ensemble était indescriptible et inénarrable et le public, bien que ne connaissant rien des arts du combat, percevait et sentait ce



réalisme dans les combats du Petit Dragon. Bruce Lee simplement surprenait et impressionnait le spectateur qui n'avait auparavant jamais rien vu de pareil à l'écran, ni rien qui y ressemblât. Personne ne doit donc pas s'étonner qu'il captivât des millions de personnes. Peu importe les races et les croyances, tous tombaient sous le charme du Petit Dragon, tous rêvaient de se battre et d'être comme lui. C'est ainsi que nombreux jeunes et moins jeunes affluèrent dans les dojos de leur quartier, en devinrent accro et trouvèrent une voie dans différentes écoles ou styles.

Au début, en Espagne, on ne pratiquait que le Karaté et le Judo, mais petit à petit, d'autres arts martiaux arrivèrent et il commença à y avoir une certaine variété. Je me rappelle encore que, le week-end, j'allais assister en tant que spectateur à l'une ou l'autre

compétition ou que j'allais m'entraîner dans l'enceinte de la Casa de Campo, où je retrouvais beaucoup d'autres jeunes, aujourd'hui des maîtres renommés, qui rêvaient d'être Bruce Lee. Des gens que je retrouvais aux premières des films ou au marché aux puces de Madrid, à la recherche de magazines ou de livres pour élargir leurs connaissances. À cette époque, il n'y avait pratiquement rien et pourtant, il y avait une demande. Dommage qu'Internet n'existât alors pas ! Malheureusement, aujourd'hui, certains de ces personnages souffrent d'amnésie et ne se rappellent plus comment ils collectionnaient et imitaient leur héros... Ça ne m'étonne pas, étant dans la voie du « Do », comment allaient-ils se souvenir de cela ?

Cependant, d'autres, bien qu'ayant grandi et suivi d'autres chemins,

n'oublient pas leurs racines ni l'homme qui changea leur vie (et la mienne). Il est possible que nous suivions des caps différents, mais il est indiscutable que s'il y eut une voie à suivre, ce fut grâce à Bruce Lee, le mythe et la figure indiscutable des arts martiaux et, que cela vous plaise ou pas, 40 ans après sa disparition, le trône est toujours vacant.

En dehors de tout cela, cela me semble une ingratitude, car qui connaît bien le passé peut améliorer le futur. En ce qui me concerne en tout cas, je dois reconnaître qu'à un niveau martial et par conséquent à un niveau personnel, je suis ce que je suis et je suis arrivé là où je suis arrivé grâce à Bruce Lee, autrement dit c'est grâce à la série Kung-Fu et à ses films, que j'ai pu connaître les arts martiaux, donc c'est grâce au Petit Dragon que je suis où je suis.



COMBAT FREE STYLE

Grand Maître Paolo Cangelosi

Une spécialité compétitive créée par le Sifu Paolo Cangelosi

D'une expérience de plus de 40 ans de dévouement total à l'étude, la recherche et la pratique des arts martiaux, est né un programme spécialisé dans le combat à mains nues. Le grand maître Paolo Cangelosi a créé un système complet et efficace pour tous les fans du combat.

Le maître ou Sifu a commencé à pratiquer les arts martiaux fin des années 60 et a participé à des combats dès le début des années 70. Il s'agissait alors de simples défis entre jeunes pratiquants d'arts et de styles martiaux différents, ayant le courage et la passion et la volonté de participer à des combats de rue dans une ambiance vivante et réelle. Il passa ensuite par une courte période de compétitions sportives en Karaté, Full Contact et Jiu-Jitsu, avant d'entreprendre ses voyages en Extrême-Orient au cours desquels il put coudoyer la réalité de l'époque et la véritable tradition martiale.

« Il y a plus de 30 ans, les Occidentaux étaient considérés par les experts orientaux comme inférieurs quant à leur capacité martiale. Nous devons donc gagner l'estime et le respect sur le champ de bataille, avec des faits et non des mots », raconte le Sifu Cangelosi.

De 20 à 34 ans, il a combattu en Kung-Fu Contact et en Free Style alors qu'ici, en Occident, on ne parlait pas encore de rencontres entre styles sans règles et sans protections, ou très peu, et sans mérites ni objectifs sportifs. Après une longue période en Chine, à Hong Kong, à Macao et en Thaïlande, le maître Cangelosi décida de cesser de se battre et d'utiliser ses connaissances et son expérience au sein de ses programmes éducatifs.

Maître de grand talent et de renom international, il a été apprécié et récompensé par



VIDEO DOWNLOAD

www.sifupaolocanelosi.com
www.sifupaolocanelosi-thejourney.com



des acteurs du cinéma martial, des grands maîtres et des champions internationaux, qui ont reconnu ses compétences et sa culture martiale. Nous avons ainsi les témoignages d'experts tels que Joe Lewis, Samart Payakaroon, Sakat Petchindee, Carlos Machado, Bill Wallace, Jhon Rhee, Smirnow Nicolai, Tat Ma Wong, Ngau Da Yuk, Cynthia Rotrock, Vincent Lyn, Don Wilson "The Dragon", Santiago Sanchis et bien d'autres, qui ont partagé avec lui des moments de travail, d'entraînement, des stages, des démonstrations, des spectacles, des publications et des films vidéos. C'est pour le grand intérêt qu'éveille son travail continu et incessant et pour tous ses fans qu'est né le « combat Free Style de Paolo Cangelosi ».

« Un système qui explore toutes les situations de combat possibles sous la supervision d'instructeurs expérimentés, habilités par une formation dirigées personnellement par le fondateur du système, avec des méthodes d'entraînement modernes, des protections et un équipement professionnel, spécialement conçu par la Khay Muay Product Thailand. »





Grand Maître Paolo Cangelosi

***Le grand maître Paolo Cangelosi
et son « combat Free Style »***

Le technique du combat Free Style

Le Free Style est un style libre, mais libre de quoi ? Je me réfère à la liberté d'action dans la plénitude de la connaissance. Nous ne devons pas tomber dans l'erreur habituelle de ceux qui confondent la liberté avec l'ignorance, agissant au hasard et se basant uniquement sur leur propre improvisation. Notre méthode se base sur une connaissance approfondie et exige un entraînement intense et étendu des techniques, dans une sélection rigoureuse des plus efficaces, élaborée à partir des trois grands secteurs de l'art martial asiatique : chinois, la thaïlandais et japonais. Chacun offre un savoir-faire particulier, pourquoi ne pas l'exploiter et développer ce que les trois ont de meilleur ?

Nous avons ainsi le maître chinois fûté, imprévisible et créatif, riche d'une tradition millénaire, doté d'armes blanches, de stratégies complexes mais aussi de ces récits qui parlent de personnages mythologiques, les huit immortels, Bouddha, le tao en une seule rivière de Chi.

De l'expérience du Kung-Fu chinois, nous choisissons aussi bien ses techniques que ses stratégies, avec ses innombrables manières de frapper avec le poing et nous en choisissons certaines comme

Kua Choy (Back Fist), le poing avec le dos de la main qui peut être lancé aussi vite qu'un jab, qui passe en tournant suivant des parcours spécifiques et difficiles à deviner ; Tan Saw, qui utilise la main ouverte pour frapper avec la paume et l'avant-bras, qui se faufile à travers la garde et cogne aussi durement qu'un coup de bâton ; Yat Chi Choy, le coup de poing vertical, idéal pour les attaques au buste au moment de la sortie de la trajectoire de l'attaque ; les innombrables coups de pied de la tradition chinoise : les coups de pied circulaires frontaux, idéaux pour en finir avec les défenses de l'adversaire, les coups de pied latéraux coupants, le célèbre coup de pied de Bruce Lee, célèbre pour son impétuosité, le coup de pied vers l'arrière, traître et très puissant, un coup de pied décisif s'il entre dans



**« Produit d'une
expérience de 40
ans, le meilleur des
arts martiaux
asiatiques
concentré dans un
mélange d'une
grande efficacité. »**

www.sifupaolocanelosi.com

www.sifupaolocanelosi-thejourney.com





l'abdomen, le coup de pied descendant du ciel qui coupe et détruit tout sur son passage, et bien d'autres.

Nous avons l'implacable guerrier thaï, ludique, avec ses mouvements de balancement qui cachent des explosions imparables et écrasantes, irrévérrencieux et respectueux en même temps, sans le moindre remord, juste une efficacité impitoyable.

L'art martial thaïlandais apporte avec lui de nombreuses techniques très efficaces, bien que presque certainement dérivées de l'art chinois. Nous étudions la méthode thaï qui l'a rendu célèbre sur tous les rings internationaux ces 30 dernières années : le très violent coup de pied circulaire à la jambe, le low-kick, avec sa méthode pour passer au skip ; la force même de l'impact, profitant de la hanche avec la jambe semi-rigide qui s'élève vers l'objectif à la poitrine et au visage avec une force pénétrante ; l'utilisation scandée et compacte du genou, surtout lors du maniement raffiné du clinch qui exige beaucoup de sensibilité, de force et d'astuce ; le coup de coude aiguïté qui exploite toutes les trajectoires, y compris la dévastatrice descente du ciel dans les techniques de saut et la force circulaire dans les coups inversés ; et non moins important le grand travail de la boxe, qui provient de la boxe occidentale, où il a atteint un haut degré de sophistication dans la stratégie et le mouvement du buste.

Et il y a finalement le glacial samourai, dépouillé de toute arme, essentiel dans le déplacement avec le minimum de geste pour un rendement maximum, enveloppant dans son combat comme le pinceau dans le geste de l'ancien Kanji, un étau mortel auquel vous ne pouvez vous soustraire, qui vous fait perdre l'équilibre comme si la gravité n'existait plus.

En matière de combat au corps à corps, les Japonais ont conçu une science si précise et détaillée qu'on ne peut trouver rien de meilleur dans aucune autre tradition. Avec quelques variations comme l'absence d'uniforme tel que le judogi, nous nous sommes



largement inspiré du travail de la prise de contact Kumikata et des déséquilibres Kuzushi et nous avons inclus dans notre programme une sélection de projections adaptées pour être insérées dans un contexte d'escrime où l'élément le plus dangereux dans le contact des deux corps est l'usage du genou. Sans faire une liste aride de noms japonais, les projections que nous utilisons appartiennent aux catégories principales : hanches, élévation du centre de gravité,

balayage des jambes, déséquilibre progressif. Il s'ensuit un développement important de la lutte qui analyse les différents systèmes d'immobilisation au sol Osai Komi, un grand travail sur les articulations avec des clés de toutes sortes et des étranglements sur toutes les parties du corps aussi bien avec les extrémités supérieures qu'avec les inférieures.

Quel meilleur bagage pour jouer ce merveilleux rôle, pour rivaliser sportivement ? Tout ça doit

COMBATE FREE STYLE



COMBAT FREE STYLE

Grand Maître Paolo Cangelosi

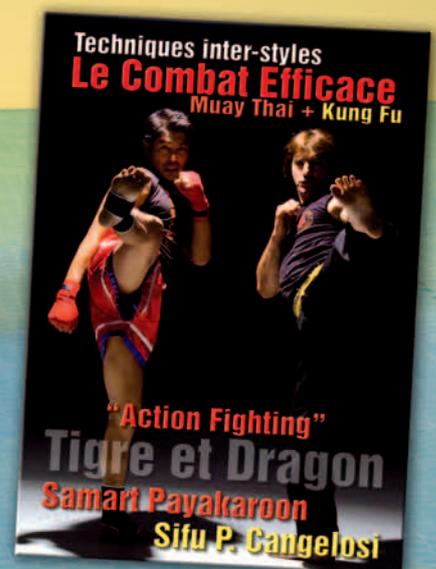
« Un style compétitif
créé par le Sifu
Paolo Cangelosi. »



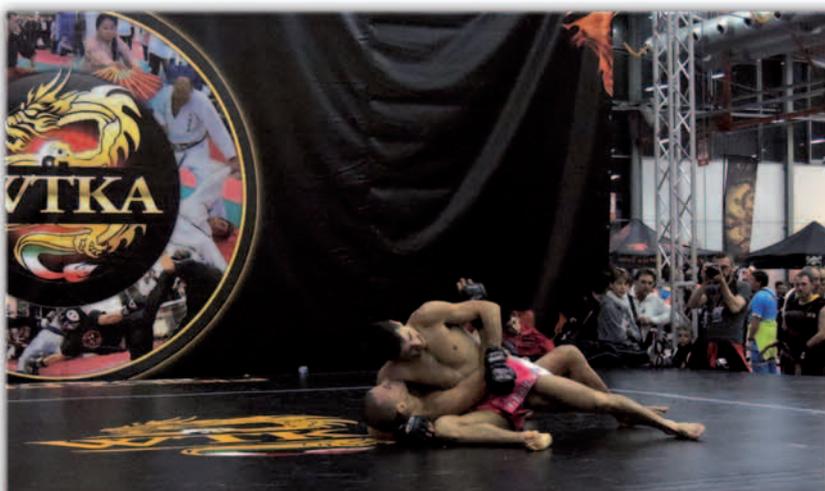
« Une manière
de considérer
l'aspect
stylistique de
l'art martial
conjugué avec
l'efficacité au
combat. »



Ce livre est le résultat
d'un travail conjoint. C'est
un livre de véritable Cross
Fighting, avec ce que la tradition
thaïlandaise et chinoise ont de meilleur,
au service de l'efficacité au combat.
Ses techniques ont été étudiées dans
le détail et constituent une proposition
qui intéressera tous les passionnés de
la self-défense en tant que science,
mais aussi comme art martial.



www.sifupaolocanelosi.com
www.sifupaolocanelosi-thejourney.com



« Depuis toujours, notre école organise tous les deux ans plus ou moins des tournois de lutte libre pour que les jeunes qui sentent le besoin d'une expérience compétitive puissent s'exercer.

À partir de cette année, nous allons organiser un véritable circuit annuel de gala et de tournois qui se divisera en trois catégories : amateurs, semi-professionnels et professionnels. »

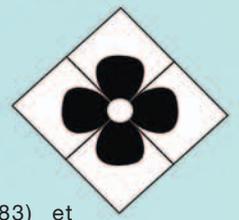
cependant être dominé par une grande qualité technique et artistique. Nous avons pour cela ajouté certains stratagèmes, en particulier dans le règlement de compétition, qui obligeront les athlètes à s'efforcer d'être honnêtes et techniques, à la recherche d'une plus grande efficacité, sans tomber dans le combat déloyal et de pure violence qui excite tant un public peu cultivé.

Pourquoi se limiter à un seul monde quand la connaissance d'un maître de niveau supérieur met à votre disposition la sagesse derrière les techniques les plus efficaces ? Quand je vois les jeunes enthousiastes qui viennent timidement demander des informations au secrétariat, je perçois comme une promesse sur leur visage, la merveille de progresser jour après jour, perfectionnant leurs habiletés guidés par ces anciennes disciplines. J'essaie alors de trouver les mots justes pour enflammer leur imagination, pour les capturer dans le jeu magico-ésotérique de la discipline martiale et de cette stricte éthique spirituelle. Le plus grand effort consiste à freiner leur impulsion à dominer, à vaincre quelqu'un, à se sentir fort en écrasant un adversaire, oubliant que le véritable art consiste à se vaincre soi-même, y compris quand nous participons à l'un des nombreux tournois de la vie.





Kaze no Ryu



L'importance de la dialectique

Une chose est sûre : celui qui a étudié (ou qui étudie) avec des Japonais de l'après-guerre a sûrement affronté (ou affronte) un sérieux problème de communication quotidienne. Ça m'est arrivé et à beaucoup d'autres aussi, je crois. En général, les Japonais qui suivent la voie traditionnelle (qu'elle soit culturelle ou martiale), ne sont pas faciles à comprendre et ne font pas d'efforts pour être compris. Le dialogue n'est pas chez eux le moyen le plus utilisé.

Aujourd'hui, plusieurs maîtres ont intelligemment introduit la dialectique dans le Bugei afin de favoriser la bonne cohabitation à cette époque de globalisation. Au départ, « dialectique » signifie « art du dialogue », du contraste d'idées qui conduit à d'autres idées. Mais différentes doctrines philosophiques se sont appropriées le concept de dialectique qui a pris alors un sens différent dans chacune d'elles.

Dans la Grèce antique, le concept de dialectique, qui était l'équivalent du dialogue, finit par se référer, au sein du dialogue, à une argumentation qui distinguait clairement les concepts traités dans la discussion. Avec Héraclite d'Éphèse (vers 540-480 avant J.-C.), il prend une nouvelle dimension et englobe le concept de « changement » à partir de la constatation qu'avec le conflit tout s'altère. Dans un des fragments qui nous sont parvenus de son œuvre, il donne un célèbre exemple de cette modification constante des choses : un homme ne se baigne jamais deux fois dans la même rivière, car dans le temps qui passe entre une action et une autre, aussi bien la rivière que l'homme ont changé. Héraclite en vint à nier dans son argumentation l'existence d'une stabilité quelconque chez les êtres.

Un autre penseur de la même époque, Parménide, diverge d'Héraclite quand il affirme que l'essence profonde de l'être est immuable et que le changement n'est que superficiel. Dans cette ligne de pensée, Parménide oppose la métaphysique et la dialectique, faisant prévaloir la première.

Plus d'un siècle plus tard, Aristote réintroduit le principe dialectique dans les explications, alors dominées par la métaphysique. Si, d'une part, il s'oppose à la vision de l'être comme équilibre des contraires, affirmant qu'en même temps et dans le même objet ne peuvent exister deux attributs contraires (sauf s'ils se manifestent de manière différente ou s'il s'y trouvent accidentellement), il reconnaît d'autre part que si l'on omet le concept de temps, rien n'empêche que quelque chose qui est se transforme en ce qu'il n'est pas, pour autant que l'être et le non-être ne soient pas présents en même temps. Donc, si nous analysons un être, en nous reportant à ses origines, nous pouvons admettre l'être et le non-être : le mouvement n'est pas une illusion, un aspect superficiel de la réalité,

mais un flux éternel et continu, car tout surgit de principes contraires. Plus encore, sous l'étiquette de « mouvement », il met des choses différentes quand il lui faut prouver l'existence de la nature : toutes choses possèdent des potentialités et c'est le mouvement qui les actualise, autrement dit ce sont des potentialités ou des possibilités qui se transforment en des réalités effectives.

Pour Platon (427 à 347 av. J.-C.), la dialectique est synonyme de philosophie, la méthode la plus efficace pour approcher les idées particulières depuis les idées universelles ou pures. Pour lui, à travers le dialogue, le philosophe peut essayer d'atteindre la véritable connaissance, partant du monde sensible pour arriver au monde des idées. C'est la technique consistant à questionner, répondre et réfuter qu'il aurait apprise avec Socrate (469-399 av. J.-C.). Au moyen de la décomposition et de l'étude rationnelle d'un concept, on arrive à une synthèse qui doit également être examinée, dans un processus infini de recherche de la vérité.

Aristote (384-322 av. J.-C.) définit la dialectique comme la logique du probable, du processus rationnel qui ne peut être démontré. « Probable est ce qui est généralement accepté par tous, par la majorité ou par les hommes les plus connus et les plus illustres », dit le philosophe. L'Allemand Emmanuel Kant (1724-1804) reprend la notion aristotélicienne quand il définit la dialectique comme une « logique de l'apparence ». Pour lui, la dialectique est une illusion, car elle se base sur des principes qui sont, en réalité, subjectifs.

Au début du XIX^{ème} siècle, Friedrich Hegel (1770-1831) présente la dialectique comme un mouvement historique de l'esprit dirigé vers la conscience de soi. C'est un processus mu par la contradiction : une thèse initiale se contredit et est surmontée par son antithèse. À son tour, cette antithèse qui conserve des éléments de la thèse est surmontée par la synthèse, qui combine des éléments des deux premières, dans un enrichissement progressif. Hegel utilise ce processus pour justifier une unité entre l'esprit et la nature, conciliant les concepts religieux et scientifiques.

D'après lui, l'histoire de l'humanité accomplit un parcours dialectique qui est marqué par trois moments : thèse, antithèse et synthèse. Le premier part des civilisations orientales anciennes jusqu'à l'apparition de la philosophie en Grèce. Hegel le qualifie d'objectif, car il considère que l'esprit est immergé dans la nature. Le deuxième reçoit l'influence des Grecs, mais il commence effectivement avec le christianisme et termine avec Descartes. C'est un moment subjectif, où l'esprit prend conscience de son existence et où surgit le désir de liberté. Le troisième, la synthèse absolue, commence avec la Révolution française, quand l'esprit conscient contrôle la nature et le désir de liberté se concrétise dans la conception de l'État moderne.

Karl Marx (1818-1883) et Friedrich Engels (1820-1895) réforment le concept hégélien de dialectique : ils utilisent la même forme, mais ils introduisent un nouveau contenu. Ils qualifient cette nouvelle dialectique de matérialiste car le mouvement historique, pour eux, n'est pas un produit de l'esprit. Ils considèrent que le spirituel est simplement un produit dérivé des conditions matérielles de la vie. La dialectique matérialiste analyse l'histoire du point de vue des processus économique et sociaux et la divise en quatre moments : Antiquité, féodalisme, capitalisme et socialisme. Chacun des trois premiers est dépassé par une contradiction interne qu'ils appellent « germe de la destruction ». La contradiction de l'Antiquité est l'esclavage ; celle du féodalisme, les serfs ; celle du capitalisme, le prolétariat ; et le socialisme serait la synthèse finale au cours de laquelle l'histoire accomplit son développement dialectique. Les différents auteurs qui interprétèrent la dialectique matérialiste ne se mettent pas d'accord en ce qui concerne le nombre de lois fondamentales de la méthode de la dialectique. Certains en reconnaissent trois, d'autres quatre. Quand à leur nom et à leur ordre de présentation, ils varient également.

- a) Action réciproque, unité polaire, « tout est en rapport avec tout.
- b) Déplacement dialectique, négation de la négation, « tout se transforme ».
- c) Passage de la quantité à la qualité, changement qualitatif.
- d) Interpénétration des contraires, contradiction ou lutte des contraires.

Comme j'ai toujours cohabité avec de vieux Japonais, la xénophobie a été une constante dans ma vie. Surmonter la discrimination est le point de départ pour quiconque cohabite avec l'effet xénophobe. Si nous effectuons une analyse plus approfondie cependant, il existe, quand on affronte le thème de la discrimination, une erreur commune relative à la confusion entre les termes racisme, genre, stéréotypes, préjugés et discrimination. Cela n'aurait pas de conséquences majeures s'il ne s'agissait que d'une confusion de terminologie, mais il se fait que la définition et la compréhension de chacun de ces termes est essentielle pour savoir identifier et combattre les différents types de manifestation des idéologies qui défendent l'idée de hiérarchie entre les individus, comme dans le cas du racisme ou du genre. Beaucoup de ceux qui ont vécu au Japon (ou qui y vivent) en sont venus à affirmer qu'ils avaient dû faire face à un racisme considérable de la part des Japonais. Beaucoup d'entre eux, vraiment dérangés par cette situation sont retournés dans leur pays où ils ont occupé des postes importants d'où ils ont poursuivi n'importe quel Japonais passant à leur portée.

Le racisme est une idéologie qui postule l'existence d'une hiérarchie entre

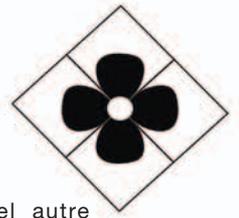
Ogawa Ha



www.bugei.eu



Kaze no Ryu



les groupes humains. D'après cette idéologie, des différences apparentes (cheveux, couleur de peau) et culturelles entre les peuples détermineraient également des différences de niveaux d'intelligence et de qualités morales. Au milieu du XIXème siècle, surgissent en Europe les théories dites raciales qui préconisent la supériorité du peuple européen face à l'infériorité des peuples non européens.

Rappelons que de telles théories naissent au moment où les Européens cherchent à dominer des peuples et des terres « différentes ». Dès leur création, les théories raciales ont servi et serviront à justifier l'exploitation et la domination de certains groupes humains par d'autres, les supérieurs ayant alors le droit d'exploiter et de dominer les inférieurs. Actuellement, en plusieurs endroits du monde, les théories raciales continuent de servir de prétexte pour le traitement discriminatoire et inhumain d'exclusion et de marginalisation réservé aux peuples « différents ».

Le genre (masculin ou féminin) est un concept qui se réfère à l'ensemble des attributs négatifs ou positifs qui s'appliquent différemment aux hommes et aux femmes, dès leur naissance même, et qui déterminent les fonctions, rôles, occupations et relations que ces hommes et ces femmes déploient dans la société et entre eux. Ces rôles et ces relations ne sont pas déterminés par la biologie, mais par le contexte social, culturel, politique, religieux et économique de chaque organisation humaine et se transmettent d'une génération à l'autre. Le genre, ce sont les évaluations et les définitions construites par la société pour ajuster le profil de ce qu'est être un homme ou une femme dans cette société. L'identité de genre se développe au cours de l'enfance et de la vie adulte.

Le point de vue du genre dans le domaine de la santé part de la connaissance des différences auxquels sont exposés les hommes et les femmes aux différents âges en ce qui concerne les risques de tomber malade et de mourir et des rôles qu'ils ont dans la société et qui affectent défavorablement l'un ou l'autre sexe, principalement la petite fille, la femme adulte et la femme âgée. L'adoption de la perspective du genre dans la santé prétend réduire les inégalités sexuelles qui conditionnent la santé des êtres humaines.

Le stéréotype, bien que portant un nom difficile, a un fonctionnement comparable à celui d'un simple étiquette. Une fois « étiquetés », les membres d'un certain groupe comme possédant tel ou tel attribut, les personnes cessent d'évaluer les membres de ces groupes pour leurs qualités réelles et se mettent à les juger en fonction de l'étiquette. Par exemple, n'importe quel Juif est radin, n'importe quel Japonais est introverti, n'importe quel Portugais est bête ou n'importe quel Noir est un voleur.

Une fois que l'on a réaffirmé que n'importe quel « x » était radin, la tendance c'est que face à un « x », les gens mettent tout de suite l'étiquette de radin. Le préjugé est un jugement préalable, négatif, que l'on porte sur les personnes stigmatisées par des stéréotypes. Sur base des stéréotypes, les gens font des jugements préalables, ils émettent des idées préconçues sur les autres avant même de les connaître. Ces jugements préalables ne sont autres que des préjugés. Mais le préjugé est un phénomène qui ne réside que dans la sphère de la conscience ou de l'affectivité des individus ; en soi, il ne péjore aucun droit. Le fait que quelqu'un n'aime pas « x » simplement parce qu'il est noir suppose en réalité la violation de deux normes :

1) La norme de la rationalité humaine : être noir ne révèle rien de la personnalité ou du caractère de « x », ni ne suppose qu'il sera plus ou moins intelligent, ni plus ou moins honnête que ceux qui ne sont pas noirs.

2) La norme de l'affectivité humaine : en entrant en relation les uns avec les autres, les êtres humains doivent essayer de se traiter humainement et avec respect, évitant des comportements qui blessent la dignité de la personne humaine.

Bien que le préjugé viole la norme de la rationalité et celle de l'affectivité, il ne représente pas nécessairement une violation des droits. Cela parce que personne n'est obligé d'aimer les Noirs, par exemple. Mais nous sommes obligés de respecter leurs droits ! C'est ce qui se passe quand on publie une offre d'emploi qui exclut les Noirs ou les femmes ; nous faisons plus que cultiver un préjugé, nous excluons les Noirs ou les femmes de la possibilité d'avoir accès à un travail.

Dans ce cas, ce n'est plus une simple indisposition. Le comportement a blessé des droits normalement assurés, constitutionnellement et légalement. La discrimination est le nom que l'on donne à la conduite (action ou omission) qui viole les droits des personnes sur base de critères injustifiés et injustes, tels que la race, le sexe, l'âge, la religion ou autre. La discrimination est un peu comme la traduction pratique, l'extériorisation, la manifestation, la matérialisation du racisme, du préjugé ou du stéréotype. Comme son propre nom l'indique, c'est une action (dans le sens de faire ou ne pas faire quelque chose) qui engendre une violation des droits.

Voyons la définition de discrimination adoptée par les Nations unies : « Discrimination raciale signifie toute distinction, exclusion, restriction ou préférence basée sur la race, la couleur, la descendance ou l'origine nationale ethnique qui ait pour objet ou pour effet d'annuler ou de restreindre la reconnaissance, la jouissance ou l'exercice, dans des conditions d'égalité, des droits humains et des libertés fondamentales dans le domaine politique, économique, social et culturel

et dans n'importe quel autre domaine de la vie publique. » (Convention de l'ONU/1996 sur l'élimination de toutes les formes de discrimination raciale).

Pour beaucoup de personnes, l'illusion est la cause de la souffrance que provoque n'importe quel type de discrimination. Pour le bouddhisme, les quatre vérités traduisent l'essence de la raison dans le monde dans lequel nous vivons.

Les Quatre Nobles Vérités, en accord avec les textes canoniques, sont la Vérité de la Souffrance, la Vérité de la Cause de la Souffrance, la Vérité de la Cessation de la Souffrance et la Vérité de la Voie Menant à la Cessation de la Souffrance.

« Noble » est utilisé ici dans le sens contraire au sens commun ordinaire et indique une illumination supra-mondaine, une condition transcendante l'existence humaine. La doctrine bouddhiste élémentaire des Quatre Nobles Vérités est complètement logique : elle exclut toute chose qui soit illogique. L'exclusion de l'illogique est la caractéristique élémentaire et unique du bouddhisme (professeur Mizuno Kogen, « Essentials of Buddhism »).

Le Sutra de la « mise en mouvement de la roue du Dharma », l'un des chapitres du Samyutta-Nikayam (Les Quatre Nobles Vérités), a été enseigné dans le parc des cerfs par Bouddha Sākyamuni (vers le VIIème siècle avant J.-C.) :

« Voici, ô moines, la Noble Vérité de la Souffrance : la naissance est souffrance, vieillir est souffrance, la maladie est souffrance, la mort est souffrance, le chagrin et les lamentations, la douleur, l'affliction et le désespoir sont souffrance, être uni avec ce que l'on n'aime pas est souffrance, être séparé de ce que l'on aime ou de ce qui plaît est souffrance, ne pas obtenir ce que l'on désire est souffrance. En bref, les cinq agrégats de l'attachement sont souffrance.

« C'est la Noble Vérité de la Souffrance
« Voici, ô moines, la Noble Vérité de la Cause de la Souffrance : c'est cette appétence, qui conduit à la renaissance, accompagnée par un désir passionné, à la recherche d'un bien-être ici et là, c'est-à-dire la soif des plaisirs sensuels, le désir d'exister et le désir de ne plus exister.

« C'est la Noble Vérité de la Cause de la Souffrance.

« Voici, ô moines, la Noble Vérité de la Cessation de la Souffrance : c'est la cessation complète de cette appétence, son abandon, sa renonciation, c'est en être délivré, détaché.

« C'est la Noble Vérité de la Cessation de la Souffrance.

« Voici, ô moines, la Noble Vérité de la Voie Menant à la Cessation de la Souffrance : c'est l'octuple noble Sentier, c'est-à-dire compréhension juste, pensée juste, parole juste, action juste, moyens de subsistance justes, effort juste, attention juste et concentration juste.

« C'est la Noble Vérité de la Voie Menant à la Cessation de la Souffrance. »

Ogawa Ha





La structuration de mon style

Mes premiers pas dans les arts martiaux furent fortement marqués par le Karaté Shotokan et grâce à cela, j'ai appris à considérer la discipline, la constance, l'effort et le sacrifice qu'exigent l'apprentissage et le développement d'un grand style japonais. L'importance également d'une préparation physique adéquate et consciente, la nécessité impérieuse de la perfection dans l'exécution de la technique de base et à chaque étape du style en question. Le fait que quelque chose nous plaise ou pas ou qu'un style nous attire plus ou moins ne signifie pas que ceux que nous ne pratiquons pas et ne connaissons pas soient pires que le nôtre.

Grave erreur que commettent ces instructeurs et maîtres qui se consacrent à critiquer et dénigrer d'autres professeurs ou styles, sans avoir jamais eu un contact approfondi avec les uns et les autres. Je n'ai personnellement jamais eu aucun inconvénient à essayer de connaître et de pratiquer avec tous les maîtres que j'ai pu contacter dans le passé et aujourd'hui. Ainsi, alors qu'à Santiago du Chili, je pratiquais le Shotokan Karaté et le Kenpo-Karaté, j'ai pris également le temps d'apprendre le Judo, la Boxe et le Taekwondo.

Par la suite et depuis mon arrivée en Europe, j'ai commencé à pratiquer le Full Contact avec mon ami et camarade martial, le King français, Dominique Valera, et avec Bill Wallace « Superfoot » (USA) ; le Ming Chuan Kung-Fu et le style du Tigre blanc avec Jon Fanning d'Irlande ; le Shaolin Kung-Fu avec Arturo Sha ; le Kick-Boxing avec le Mejigo Gym d'Amsterdam et Benny Urquidez « The Jet » (USA) ; le Shuri-Ryu Karaté avec le grand maître Robert Trias (USA) ; le Kosho-Ryu Kenpo avec le grand maître Thomas Barro Mitose (USA), etc. Tout ce bagage martial développa en moi simplement un profond respect et une grande admiration pour tous ces experts martiaux, spécialistes et maîtres de différentes provenances. De chacun d'eux, j'ai appris beaucoup de choses importantes pour une plus grande et meilleure compréhension, non seulement de la culture de nos arts martiaux, mais aussi de la vie elle-même.

Il peut arriver parfois qu'un certain style ou sport n'aille pas avec notre condition physique, physiologique ou même mentale ; ce n'est toutefois

pas la faute au sport ou à l'art martial, mais à nous.

J'ai toujours dit que des gens comme Bill Wallace, Benny Urquidez ou Jet Li pourraient élever le prestige et le nom de n'importe quel style s'ils les avaient pratiqués. Tout comme le ferait un prodigieux musicien qui déciderait de jouer du piano, de la guitare ou du saxophone.

Heureusement, malgré ces détracteurs de styles et d'experts, on fomenta de plus en plus chaque jour les stages, cours, séminaires et échanges entre les experts de différents styles et sports. C'est très bon, car cela permet de développer ce que je viens de dire : la compréhension, le respect et l'admiration entre nous.

Le fait qu'existe encore les imposteurs, les opportunistes, les médiocres ou les mauvaises gens se retrouve dans tous les milieux et toutes les professions. Mais nous sommes actuellement suffisamment préparés pour les distinguer dès le premier moment et nous éloigner d'eux, tout simplement parce qu'ils n'apporteront jamais rien de bon.

Je reconnais humblement que mon style n'est pas la solution ni la réponse définitive, ni meilleur ni pire. Tout simplement, nous nous amusons et nous pratiquons des sports et des arts martiaux qui nous apportent de nombreux bénéfices. Nous fomentons l'amitié, la vie saine et nous conservons une bonne forme physique, mentale et spirituelle. Nous désirons vivre notre vie de la meilleure manière possible et jouir de chaque instant dès notre réveil, comprenant que chaque seconde d'existence est un cadeau formidable qui mérite de ne pas être gaspillé.

Le cœur du style Fu-Shih Kenpo actuel

- I) Technique de base :
- a) Préparation physique
- b) Positions traditionnelles
- c) Coups de poing et de main
- d) Blocages avec bras et jambes
- e) Coups de pied, de coude et de genou
- f) Gardes du style

II) Formes de base :

- a) Kata Dachi (Forme des positions élémentaires)
- b) Kata Blocages (Le Tigre se défend - Tiger Defends)
- c) Kata « Le Tigre respire » (The Tiger Breathe)
- d) Kata Finger Set Fu-Shih Kenpo (Kata points vitaux)

e) Kata « Tigres jumeaux », première forme de self-défense (Twin Tigers)

III) Formes supérieures :

- a) Self-défense (ceinture jaune/orange), « La Sagesse du Tigre » (Tiger Wisdom)
- b) Self-défense (ceinture orange/violette), « La Danse du Tigre » (Tiger Dance)
- c) Self-défense (ceinture violette/bleue), « Le Guerrier Fu-Shih » (Fu-Shih Warrior)
- d) Kata Geri Uke (Le Dragon se défend - Dragon Defends)
- e) Kata « Tigre et Dragon » avancé (Tiger and Dragon)

IV) Katas avec armes :

- 1) Yawara
- 2) Arnis
- 3) Couteau
- 4) Nunchaku
- 5) Canne
- 6) Tonfa
- 7) Bo
- 8) Kama

V) Combat système

Fu-Shih Kenpo :

- a) Règles du combat libre traditionnel de Kenpo
- b) Combats réglementés semi-contact
- c) Combats réglementés plein contact

VI) Fu-Shih Kenpo interne :

- a) Chi-Kung

VII) Maîtrise du système :

Self-défense Fu-Shih Kenpo

- a) Technique de base
- b) Variantes d'application :
 1. Artistiques, 2. Effectives dans la rue, 3. Policières
- c) Blocs techniques contre :
 1. Coups de pied, 2. Coups de poing, 3. Saisies : frontales, latérales et de dos.
- d) Contre d'autres styles : Judo, Jiu-Jitsu, Boxe, Kick-Boxing.

Dans le prochain chapitre, nous présenterons, à la demande de nos lecteurs, le programme actuel complet du Fu-Shih Kenpo, depuis la ceinture blanche, jusqu'à la ceinture noire 5e dan. Un texte pour collectionneurs martiaux, indiscutablement.

Jouissez de vos propres sports et arts martiaux, protégez les vôtres, essayez d'être utiles à la société et vivez en paix et en harmonie avec vos semblables.

À la prochaine fois, les amis !

www.raul-gutierrez.es
www.feamsuska.com



« Je n'ai personnellement jamais eu aucun inconvénient à essayer de connaître et de pratiquer avec tous les maîtres que j'ai pu contacter dans le passé et aujourd'hui. »



Raúl Gutierrez
Fu Shih Kenpo



Hung Gar

洪 拳

Kung Fu

La première étape de croissance dans la formation traditionnelle du Hung Gar Kung-Fu est ce que beaucoup d'élèves décrivent comme l'apprentissage de la forme principale du système : Gung Gee Fook Fu Kuen ou « La Conquête du poing du Tigre ». En Chine, dans l'antiquité, le tigre était l'animal le plus fort et le plus célèbre. Aucun animal ni personne ne pouvait vaincre ce majestueux animal, mais comme l'indique le nom de la forme :



MP4

VIDEO DOWNLOAD



www.shaolin.ch

Gung Gee Fook Fu

Doy Dar (Partner Set)

Sifu Martin Sewer

« qui a appris cette forme sera maintenant plus fort qu'un tigre ».

Ce n'est pas seulement une superstition. De fait, d'après ce que raconte un maître expérimenté, Gung Gee Fook Fu Kuen conduit les élèves à un nouveau niveau dans le programme du Hung Gar et les met au diapason dans tous les aspects du système, aussi bien physiques que mentaux.





Hung Gar

洪 拳

Kung Fu

**Gung Gee Fook Fu
Doy Dar (Partner Set)**

Sifu Martin Sewer

www.shaolin.ch

Développement de la forme avec partenaire

Bien qu'avec des formes tels que Gung Gee Fook Fu Kuen des bornes importantes aient été plantées dans l'entraînement du Hung Gar, les pratiquants avancés ne cessent de chercher avec acharnement à perfectionner le système et à trouver de nouvelles formes pour que les élèves atteignent rapidement leur objectif : devenir des combattants expérimentés. Avec l'entraînement des formes, qui sont des séquences fixées de mouvements, l'élève combat contre un adversaire imaginaire et exerce ainsi ses habiletés. Cela fonctionne tellement bien qu'un élève en solitaire, avec la pratique des formes, peut améliorer ses habiletés au combat sans assister au cours. Malgré cela, il n'y avait aucune étape intermédiaire, aucune transition, entre les formes et le combat réel contre des adversaires ou des camarades d'entraînement. C'est en considérant cela et d'autres aspects similaires, que surgirent ce qu'on appelle les formes avec un partenaire. Contrairement aux formes conventionnelles, ces formes sont généralement conçues pour être exécutées par deux personnes et n'est pas pour autant pas moins dangereuses pour les pratiquants. L'avantage de ces formes avec un camarade est assez évident. On travaille avec un camarade, il y a donc un solide contact du corps. Il y a ainsi une intégration et on peut profiter de ces techniques de manière significative pour améliorer les habiletés. Cela poussa les maîtres de Hung Gar à créer une forme avec partenaire qui apporte les mêmes bénéfices que Gee Fook Fu





Hung Gar

洪 拳

Kung Fu

Kuen. Cela donna pour résultat la création de Gee Fook Fu Doy Dar.

Dans des formes comme Gee Fook Fu Doy Dar, tout est fait pour avancer dans le processus. Il y a un partenaire d'entraînement, un adversaire de combat. Le moment et « l'authenticité » de la force utilisée joue un rôle très important. La manière de faire du partenaire déterminera la force et le timing des techniques. En ultime instance, elle permettra aux deux parties de connaître les résultats dans un combat réel. Ce qui vient ensuite indique comment être plus malin que

l'adversaire, avec des habiletés réelles et une « défaite » possible. En réalisant les techniques de Gung Gee Fook Fu Kuen, certaines situations dangereuses pour ceux qui l'exécutent peuvent surgir.

Avant et maintenant

L'apprentissage de Gung Gee Fook Fu Doy Dar a toujours été un défi pour les élèves de Hung Gar, en particulier pour ceux de la lignée de Chiu. Le grand maître Chiu Chi Ling (10e Dan), combattant expérimenté et leader du

style, connaissait bien sûr les mouvements exacts de la forme, mais il en offrait une version complètement libre et improvisée : « C'était le pied gauche ou le pied droit ? », « Peu importe, dit le maître, tu dois finalement travailler pour attaquer avec n'importe lequel. » C'était un véritable maître traditionnel.

Son successeur dans le style, le grand maître Martin Sewer, se comporte de manière similaire. Il est l'un des rares Européens à assumer le défi d'inclure une forme aussi complexe que Doy Dar dans le



Gung Gee Fook Fu

Doy Dar (Partner Set)

Sifu Martin Sewer

programme de formation, structuré dans son école de Kung-Fu Martin Sewer pour le bénéfice des élèves.

De nombreux élèves de Hung Gar Kung Fu aspirent à incorporer Gung Gee Fook Fu Doy dans leur parcours martial, ainsi que dans les cours et les principes éducatifs. Et avec raison ! Mais l'élève expérimenté sait qu'il ne suffit pas seulement d'apprendre la forme, il faut comprendre la forme et ses nuances pour finalement l'incorporer à ses propres habiletés. Il sait en outre qu'il peut également apprendre de ses camarades de classe. « Quand j'aspirais au 2e Dan, mon Sifu me dit un jour que l'on pouvait reconnaître le véritable caractère d'une personne dans un combat. » Et il avait raison, bien sûr ! Quand on pratique Gung Gee

Fook Fu Doy Dar avec quelqu'un, on peut très bien juger quel genre de personne on a en face de nous. Elle plaît tellement aux

élèves et aux fans de l'école de Kung-Fu de Martin Sewer que ceux-ci lui ont demandé de publier un DVD d'instruction sur Gung Gee Fook Fu Doy Dar. Sous la direction du maître Martin Sewer, deux de ses instructeurs nous montre la forme dans sa totalité et ses applications. Naturellement, ce DVD montre également des variantes de la forme décrite et expliquée par le Sifu Martin Sewer en personne.

Au moyen de ces films éducatifs, l'élève peut appuyer sa formation, élargir ses horizons dans la compréhension du système Hung Gar et progresser ainsi plus rapidement.

Un DVD que les fans doivent avoir !



www.shaolin.ch



BUDO

INTERNATIONAL

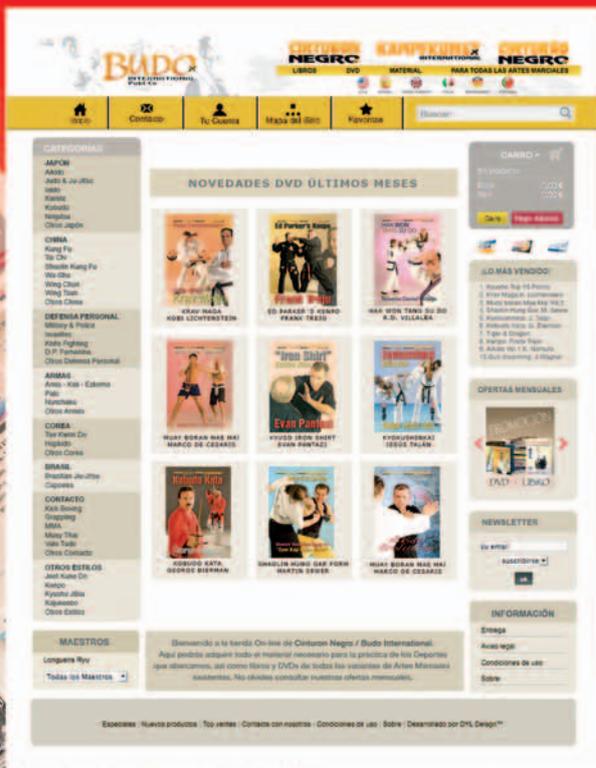
Ça y est ! Vous pouvez télécharger...

Le plus grand catalogue de vidéos
d'arts martiaux du monde entier
Vous pouvez dès à présent télécharger
nos vidéos à un prix imbattable :

pour 15 € seulement !!!

www.budointernational.net

La boutique en ligne la plus complète de matériel, livres et DVDs d'arts martiaux



Vous pouvez choisir entre plus
de 300 titres

Déjà disponibles en format vidéo MP4

Profitez des nouvelles offres

et des packs 3x2 et 7x4

pour compléter votre collection !

**Des occasions à ne
pas manquer !
Visitez cette page
pour être à jour**

www.budointernationalvideo.net



BUDO

INTERNATIONAL

... nos vidéos !!!

MAINTENANT PROMOTION SPÉCIALE 3X2

3 vidéos pour le prix de 2

À l'achat de deux vidéos de n'importe quelle catégorie,
choisissez-en une troisième

GRATUITE

Sélectionnez les trois vidéos que vous désirez
et le décompte s'effectuera automatiquement
lorsque vous effectuerez votre achat.

www.budointernationalvideo.net

Le plus grand catalogue de vidéos d'arts martiaux
du monde entier, maintenant également téléchargeables



VIDEO DOWNLOAD

- Téléchargez votre vidéo en un seul click, sans restrictions
- Format MP4 de haute qualité
- Compatible avec tous les systèmes opérationnels
- Audio dual Espagnol – Anglais
- Plus de 300 titres déjà disponibles





Muay Boran

Styles durs et souples de Muay Boran

Le Muay Thai est la science de l'usage rationnel des neuf principales armes du corps humain : les deux mains, les deux coudes, les deux genoux, les deux jambes (tibias et pieds) et la tête. Le vrai boxeur thaï, grâce à des années de préparation physique et psychologique, peut faire de son corps une véritable arme et en utiliser pour attaquer ou pour défendre les différentes parties préparées pour agir comme des massues, des haches, des lances, des pierres ou des boucliers. Nous approfondirons plus loin cette analyse, mais nous allons ici maintenant voir comment, dans la tradition siamoise, ont toujours existés deux courants stylistiques bien définis qui déterminent deux approches distinctes pour atteindre le même objectif : l'efficacité absolue dans le combat à mains nues.

La première approche est celle du Muay Lak (style ferme) que l'on pourrait définir comme appartenant aux styles « durs », pour utiliser un terme cher aux passionnés d'arts martiaux chinois. À ce groupe appartiennent les autres styles régionaux de Muay Korat, Muay Lopburi et Muay Pranakorn. Les techniques de ces trois styles sont considérées comme la base de la boxe thaï moderne qui est actuellement pratiquée en Thaïlande et dans le reste du monde.

Mais le Muay Thai Boran n'est pas seulement constitué d'approches « dures ». L'autre versant de l'art martial siamois à mains nues se compose de courants stylistiques « souples » ou Muay Kiao (style agile). Le style le plus connu de ce genre est sans doute le Muay Chaiya, rendu célèbre dans les années 70 par le grand maître Keat Sriyabhaya, mais aussi par les techniques du légendaire roi des singes Hanuman ou de l'ascète Luesee qui font partie de ce groupe.

Le véritable expert en Muay Boran ne peut se passer de l'étude et de l'approfondissement d'aucune de ces deux approches, toutes deux à la fois nécessaires et complémentaires. Du Muay Lak, il doit acquérir la puissance dévastatrice des attaques avec les bras et les jambes ainsi que les méthodes éprouvées depuis des siècles pour rendre durs comme le fer les tibias, les genoux et les bras. Du Muay Kiao, il doit apprendre à éviter la force de l'adversaire, faisant un avec l'attaque, et comment répondre à l'agression par des actions rapides et imprévisibles, « empoisonnées », qui mettent en bien mauvaise posture un adversaire plus grand et plus puissant. Chaque instructeur de niveau moyen-élevé, diplômé de l'Académie internationale de Muay Boran (IMBA), doit être en mesure de démontrer une compréhension théorique et surtout d'appliquer les deux approches stylistiques. Il devra être capable de tirer le meilleur parti des éléments constitutifs empruntés aux styles durs et aux souples, les véritables composants de base de ce puzzle merveilleux que nous connaissons tous aujourd'hui sous le nom de Muay Boran.

Exemple de technique tirée de style Muay Korat dit « Lak », originaire du nord-est de la Thaïlande :

Photo 1 : Le boxeur de Korat se trouve dans la garde typique du style (à droite)

Photo 2 : L'adversaire attaque avec un direct, qui est contrôlé par la technique dite du « lancier ».

Photo 3 : Le bras de l'adversaire est pris au piège

Photo 4 : La technique conclut avec un puissant coup de genou au visage, un coup définitif, très utilisé dans ce style du nord.



www.muaythai.it

Arjan Marco De Cesaris



MP4

VIDEO DOWNLOAD

ม ว ย โ บ ร า ณ





VÊTEMENT

AIKIDO/KENDO/IAIDO

KOBUDO



Ref. 11160
Hakama Japon noir



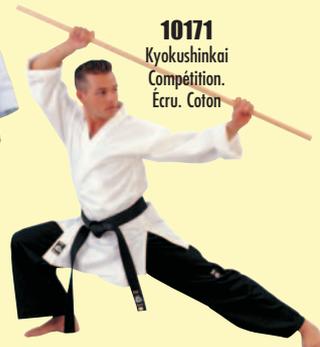
Ref. 11145
Veste Kendo.
Toile spéciale
Japon



Ref. 11141
Keikogi.



Ref. 11151
Kimono Aikido



10171
Kyokushinkai
Compétition.
Écru. Coton



Ref. 11109
Hakama Noire.
Polyester-Rayon



Ref. 11152
Veste Aikido blanche.
Coton



Ref. 11231
Tenugui (foulard)

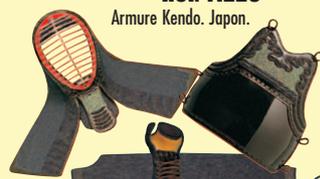


Ref. 11153
Giacca Aikido. Bianca.
Speciale "grana di riso".
Estate

Ref. 11234
Ceinture "Obi" Iaido.
Noir ou Blanc.
320cm x 8cm.



Ref. 11210
Armure Kendo. Japon.



Ref. 11220
Armure Kendo. Japon.



Ref. 11230
Sac Armure. Japon

KUNG-FU



Ref. 10650/51/52
Veste de Kung Fu Bleu

TAICHI



Ref. 10816
Kimono Tai Chi . Gris



Ref. 10632
Kung Fu. Satin Noir.
Liseret rouge



Ref. 10640
Kung Fu rouge/noir.
Coton



Ref. 10611
Veste de Kung Fu noire. Boutons
Noirs.

Ref. 10820
Kimono Tai Chi.
Entraînement. Noir



Ref. 10830
Kimono Tai Chi.
Entraînement.
Blanc

Ref. 10815
Kimono Tai Chi.
Beige

Ref. 10620
Kung Fu Wu Shu. Coton



Ref. 10612
Veste Kung fu Blanche.
Boutons Blancs



Ref. 10671
Pantalon de Kung Fu Noir.
Coton

Ref. 10610
Kung Fu boutons Blancs.
Coton

Ref. 10630
Kung Fu passepoilé blanc



Ref. 10870
Kimono Tai-chi avec broderie. Blanc

Ref. 10831
Pantalon Tai Chi Blanc



Ref. 10821
Pantalon Tai Chi Noir

Ref. 10840
Kimono Tai Chi.
Entraînement. Orange

YOSEIKAN/SHIDOKAN

Ref. 13651

Ref. 13652



Ref. 10190



Ref. 10175



Ref. 13351



Ref. 13400

Ref. 10920
Kimono Ninja. Noir.
Avec renfort



Ref. 10910

Ref. 13311



Ref. 11800



KIMONOS - KARATÉ

KYOKUSHIN KARATÉ



Ref. 10105
Karaté Entrainement.
Tergal



Ref. 10165
Karaté "Elegant". 16 oz. Maître



Ref. 10100
Karaté entraînement, coton



Ref. 10150
Karaté-gi, Competition
10 oz.



Ref. 10162
Karaté "Style".
16 oz. Kata



Ref. 10179
Pantalon Karaté.
Blanc, Coton



Ref. 10151
Kyokushinkai.
Entrainement.

KARATÉ COLOR

KARATÉ KEMPO



Ref. 10132
Karaté rouge compe-
tition



Ref. 10131
Karaté bleu

Ref. 10141
Kempo, Competition.
10 oz.



Ref. 10140
Kempo entraînement.
Coton



Ref. 10180
Pantalon karaté noir.
Coton



Ref. 10142
Kempo Master 16 Oz

JIU-JITSU

JUDO

Ref. 10360
Judo entraînement blanc



Ref. 10407
Jiu-Jitsu Brésilien Noir



Ref. 10405
Jiu-Jitsu Brésilien Blanc

Ref. 10406
Jiu-Jitsu Brésilien
Bleu



Ref. 21600
Protège-oreilles Jiu-Jitsu
Brésilien



Ref. 10400
Jiu Jitsu, Toile hautement
renforcé, Lutte

TAEKWONDO

Ref. 10261
Dobok Master
"Prof". Col noir



Ref. 10235
Dobok "FUJI". Col noir



Ref. 10340
Master Judo, Bleu.
Competition



Ref. 10380/81
Jiu-Jitsu Brésilien Noir



Ref. 10335
Pantalon Judo.
Blanc



Ref. 10200
Dobok coton, Col
blanc, Broderie dos
WTF



Ref. 10240
Dobok, Rouge



Ref. 10241
Dobok, Bleu



Ref. 10361
Judo entraînement
bleu



Ref. 10370
Pro-Master Judo,
Competition, Qualité
Supérieure, Blanc

TAEKWONDO ITF

HAPKIDO

Ref. 10270
Hapkido entraînement
noir, Coton, Broderie dos



Ref. 10271
Hapkido traditionnel
blanc avec passepoil
en noir.



Ref. 10223
Taekwon-do I.T.F. Ceinture
Noire



Ref. 10221
Taekwon-do I.T.F.
Coton, Broderie dos
ITF



Ref. 10224
Taekwondo I.T.F.
Master Instructor



Ref. 10230
Dobok ITF, "Black Belt".
Diamond



Ref. 10217
Dobok ITF.





Choi Li Fut



VIDEO DOWNLOAD





Jie-Gao Pedro Rico

Le style de l'ivrogne dans le Choy Li Fut

*Le vent souffle sur le saule
"Fung Bai Lau"*

Le style de l'ivrogne est unique, ce n'est pas une partie du Choy Le Fut. Ses origines remontent à deux traditions, la bouddhiste et la taoïste. Postérieurement, les différents styles de Kung-Fu furent développés et les différences établies. Par exemple, le style de l'ivrogne des systèmes du sud, en plus d'exiger une grande technique, doit être accompagné par l'expression du visage. Les deux traditions, bouddhiste et taoïste, se maintiennent avec le temps dans deux formes : la forme du bouddha ivre et la forme des huit immortels ivres.

La forme du Bouddha ivre ou « Jiu Lohan Kuen » est la forme principale et l'une des plus secrètement gardées par les anciens maîtres du fait de son grand pouvoir légal qu'elle octroyait à ses exécutants. On l'appelle également « la forme des yeux de phénix de l'ivrogne » ou « Forme du poing ivre ». On lui doit ce nom au poing qui s'utilise le plus, le « Poing de l'œil du phénix ». On effectue ce coup de poing avec, au départ, la main en position de tenir un verre de vin. Au moment précis de frapper, celle-ci se referme en un poing serré, laissant pointer la jointure de l'index qui est précisément le point de frappe.

L'objectif, ce sont les 36 points vitaux (ou points de pression) sur le corps de l'ennemi qui se divisent en quatre groupes en fonction de l'incidence. Dans le premier groupe, on trouve les points sur lesquels on frappe pour tuer ; dans le deuxième groupe, les points qui permettent de paralyser l'adversaire ; dans le troisième groupe, ceux qui provoquent son évanouissement ; et les neuf points vitaux restant permettent de faire perdre temporairement la capacité de parler à l'adversaire.

Dans la forme, on voit un ivrogne chancelant qui, d'une main tient un verre imaginaire tandis et de l'autre porte une cruche ou une calebasse pleine de vin. Dans son application martiale, le mouvement de la main qui

porte la cruche est en réalité une saisie qui immobilise pour ainsi pouvoir être plus près de l'adversaire avec une certaine sécurité, tandis qu'avec l'autre main, convertie en « poing de l'œil de phénix », on frappe avec précision sur un point vital.

La forme de l'ivrogne du Choy Li Fut inclut les techniques suivantes : mouvements de boisson, qui sont des techniques de poing et des blocages ; action de ceinture, conçues pour faire croire aux adversaires que les combattants ivres ont perdu l'équilibre et sont vulnérables, alors qu'ils leur permettent de changer constamment la garde et d'imprimer une plus grande puissance dans les coups ; travail des pieds, qui fait croire à un état permanent d'instabilité, mais qui, au contraire, permet de se mouvoir de manière désinvolte et souple ; et... chutes au sol qui sont en réalité des techniques d'esquive ou d'attaque.

C'est à la fois une forme dure (externe) et souples (interne). Il faut être très détendu et souple et imprimer la puissance interne du coup juste au moment de faire contact avec l'objectif imaginaire. La ceinture tourne constamment sans aucun type de tension et les pieds se déplacent comme « le saule sous le vent » (Fung Bai Lau), de manière vivace et détendue. La facette externe se centre surtout sur l'entraînement du Poing de l'œil du phénix qui exige plusieurs sévères disciplines de renforcement.

Les positions de l'ivrogne doivent être exécutées avec le plus grand naturel possible et le pratiquant doit conserver tout son corps détendu. Les postures ne doivent jamais être exagérées, trop accentuées ou paraître excessivement artificielles, car elles sembleraient alors forcées voire maladroites. L'ensemble des mouvements ne doit pas être réalisé à une vitesse uniforme. Il y a des moments où l'on réduit le rythme, d'autres où l'on fait une pause et d'autres encore où l'on accélère.

L'expert martial parvient à fournir la plus haute exécution du style de l'ivrogne en Choy Li Fut quand il réalise tous les mouvements de manière libre et naturelle, intériorisant le rôle qu'il représente sans être limité par aucune formalité ou schémas fixés dans le mouvement corporel. Ce qui ne changera jamais, ce sera l'application

martiale des techniques et le pouvoir interne que l'on parvient à appliquer, subtilement cachés sous les formes et qui sont le fruit de nombreux entraînements.

Ce que l'on déduit clairement de tout cela, c'est que la forme ne sera jamais une représentation théâtrale plus ou moins comique des avatars d'un ivrogne.

L'expert martial a pratiqué durement et longuement pour faire en sorte que les applications de combat semblent incontrôlables et spontanées. Mais l'efficacité de ce jeu de simulation consiste précisément à faire en sorte que l'adversaire s'y fie et à lui cacher la possibilité d'un coup mortel à un point de pression, la proximité d'une saisie qui le déséquilibre ou l'immobilise ou la possibilité d'une pression avec l'index et le pouce sur certains points nerveux particulièrement sensibles.

Le style de l'ivrogne appartient à ce groupe de formes qu'on appelle les formes perdues, autrement dit des techniques qui, du fait de leurs possibles effets mortels, devaient être transmises uniquement à quelques élèves dans lesquels le maître avaient la plus grande confiance. Et non seulement on leur enseignait à frapper, mais on les formait également aux techniques thérapeutiques traditionnelles chinoises, internes et externes, pour chacun des points vitaux. Pour cette raison, dans de nombreuses écoles de Kung-Fu, elles ne sont pas enseignées et en sont venues à disparaître, mais dans le style Choy Li Fut, on continue de les transmettre à un nombre réduit d'élèves. Elles sont considérées comme des formes avancées.

« Quand vous pratiquez le Choy Li Fut, ne montrez pas aux autres votre habileté de manière inconsidérée, car cela peut causer des problèmes aussi bien à vous qu'aux autres. Si vous estimez qu'une personne est fondamentalement bonne, vous pouvez alors lui transmettre vos connaissances. »

**Chan Heung
Maître fondateur du Choy Li Fut**

École Shaolin Choy Li Fut

c/ Belgique n° 11 local

Zaragoza (Espagne)

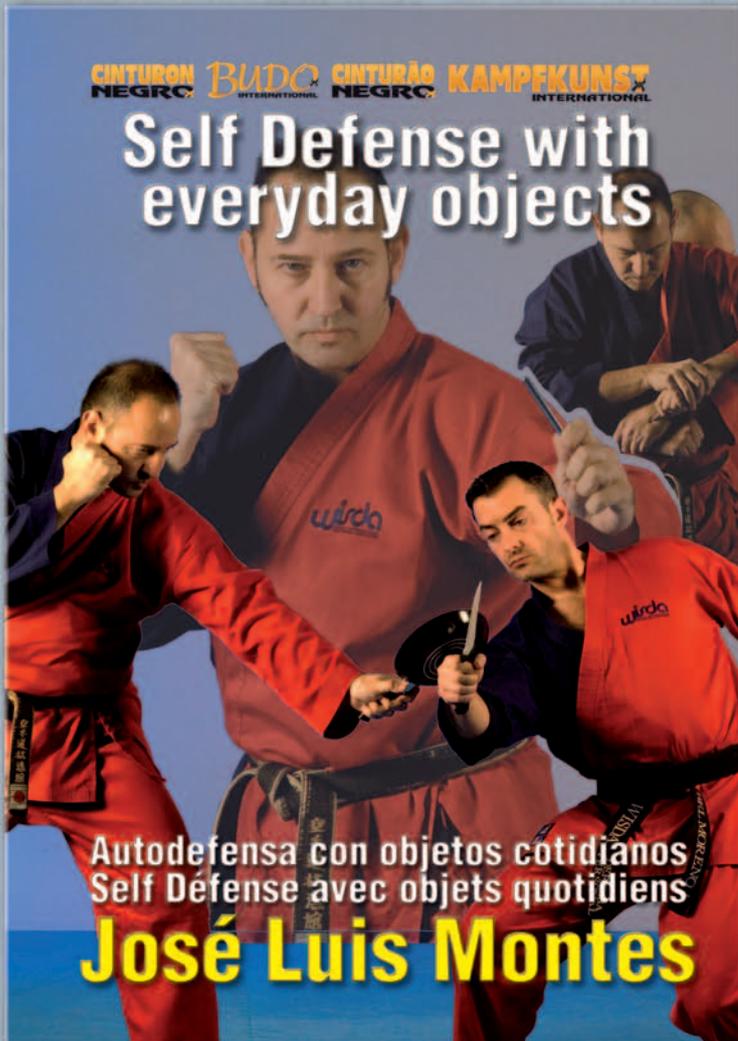
Tél. : 976 533 296

<http://shaolinchoylifut.blogspot.com.es>

www.shaolinchoylifut.com

Self-défense avec des objets quotidiens

José Luis Montes



Quand nous sommes menacés ou agressés, l'agresseur porte le plus souvent une arme pour accroître ainsi le degré d'intimidation. Cela nous oblige à être en alerte, prêts, et à développer une stratégie de prévention et de réaction pour affronter de manière réelle et efficace tout indice de violence. En plus d'avoir une bonne formation dans un art martial ou un système de self-défense,

nous pouvons toujours utiliser n'importe quel objet quotidien comme arme improvisée pour être plus à égalité avec l'agresseur. José Luis Montes,

maître international de self-défense, avec 35 ans d'expérience dans les arts martiaux et 25 ans dans le Corps national de police espagnol, expose dans ce travail ses connaissances basées sur des faits réels. Il y présente plus de soixante séries techniques avec des objets aussi variés et communs que des stylo,

parapluie, revue, clé, porte-clés, farde, carte de crédit, téléphone mobile, ceinture, chaussure, chaise, sac à dos, veste ou poêle à frire. Un système efficace de self-défense avec des techniques qui pourraient vous sauver la vie.

Autodefensa con
objetos cotidianos

José Luis
Montes

REF.: • MONTES3

DVD: 25,00 €



English
Español
Français



MP4

VIDEO DOWNLOAD

Tous les DVDs produits par Budo International sont scellés au moyen d'une étiquette holographique distinctive et sont réalisés sur support DVD-5, format MPEG-2 (jamais VCD, DICX ou similaires). De même, l'impression des jaquettes ainsi que les sérigraphies suivent les plus strictes exigences de qualité. Si ce DVD ne remplit pas ces critères et/ou si la jaquette ou la sérigraphie ne coïncide pas avec celle que nous vous montrons ici, il s'agit d'une copie pirate.

COMMANDES :

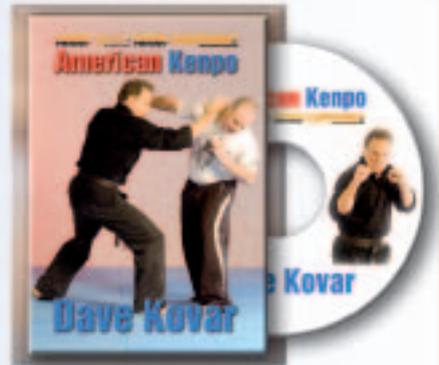
Budo international.net



REF.: • NAGI1



PRIX:
€ 25,00
c/u



REF.: • KOVAR1

Dans ce nouveau DVD, le maître Akeshi nous montre dans le détail les 20 Kumidashi de Naginata et les 5 Kumidashi de Kihon, ces derniers pour créer un pont entre la Naginata et le Katana et souligner les similitudes qui existent entre les deux. Ces Kumidashi sont exécutés avec le Bokken qui, du fait de son poids, éveille les muscles endormis, ce qui aidera de manière décisive en ce qui concerne le comportement et l'évolution technique des deux armes. La Naginata place les élèves d'arts martiaux face à une nouvelle situation des distances, des poids et de la mobilité et son étude doit être considérée comme prioritaire pour les passionnés du Kobujutsu car elle met l'accent sur les sensations, l'équilibre et la force de manière à les gérer sagement.



Tous les DVDs produits par Budo International sont scellés au moyen d'une étiquette holographique distinctive et sont réalisés sur support DVD-5, format MPEG-2 (jamais VCD, DICX ou similaires). De même, l'impression des jaquettes ainsi que les sérigraphies suivent les plus strictes exigences de qualité. Si ce DVD ne remplit pas ces critères et/ou si la jaquette ou la sérigraphie ne coïncide pas avec celle que nous vous montrons ici, il s'agit d'une copie pirate.

Quand on pratique divers systèmes, on arrive tôt ou tard à la conclusion que, mis à part les rituels et les traditions, au fond, les arts martiaux sont très similaires entre eux. Ils peuvent aborder les choses de manière différente au début, mais ils arrivent généralement aux mêmes conclusions. Ainsi, il utilise le Kenpo comme base pour y mêler les techniques et les théories d'autres systèmes, en prenant comme point de départ les attaques élémentaires universelles. Dans ce DVD, il nous montre les combinaisons de double poing, des séquences de self-défense progressive, le « Kenpo 6 » ou exercices interactifs avec un camarade, et des techniques de points de pression. Un esprit indomptable à la recherche de l'excellence qui a déjà donné de magnifiques fruits.

COMMANDES :
Budo international. net

1 Pág.



TÉLÉPHONE: 665 646 146

PRIX ÉDITION FRANÇAISE

Pour réserver votre page de publicité ou pour toute autre consultation, appelez-nous! Notre équipe s'occupera personnellement de vous, de manière à ce que vous puissiez choisir la meilleure formule pour vous. N'oubliez pas : si vous gagnez, nous gagnons !

1/2 page horizontale

Module 6 X 4

1/2 page verticale

1/4 page et 1/8 page

**PRIX DE LA PUBLICITÉ*
PAGES EN COULEUR**

Module 6 x 4 cm (ou 4 x 6)	€ 84,20
1/8 page	€139,15
1/4 page	€102,40
1/2 page	€408,00
1 page	€746,00

***T.V.A. NON COMPRISE**



Master Mark S. Gridley



Tactical Pressure Points

Combat Hapkido

La science du ciblage de la self-défense

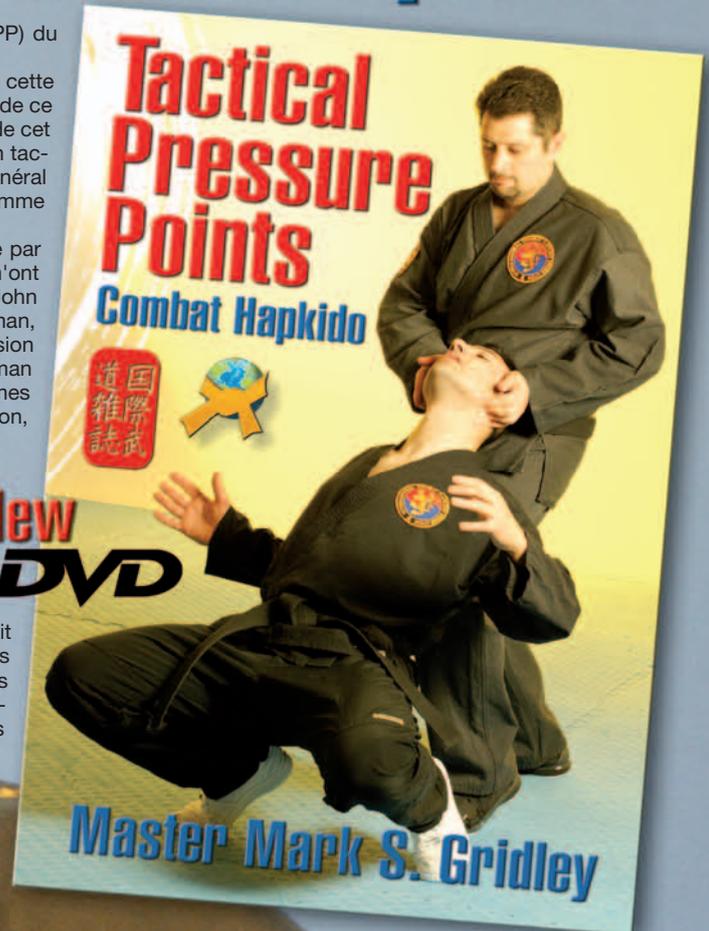
Imaginez un moyen d'améliorer vos techniques en un seul jour d'étude et de pratique. Est-ce trop beau pour être vrai ? Si oui, vous aurez envie de continuer à lire car c'est exactement ce que le programme des points de pression tactiques (TPP) du Combat Hapkido a fait pour de nombreux élèves.

C'est pour moi un grand honneur de pouvoir de partager avec vous cette information ; j'espère qu'elle vous renseignera suffisamment sur la valeur de ce matériel et stimulera votre curiosité à en savoir plus. À la fin de la lecture de cet article, vous commencerez à comprendre pourquoi les points de pression tactiques (TPP) devraient être utilisés et vous aurez également un aperçu général de l'information de base qui est abordée au premier niveau de ce programme de cinq niveaux.

Avant de commencer, sachez que tout ce que vous lisez est accrédité par mes professeurs qui ont librement partagés ces connaissances et m'ont donné la permission de les faire évoluer. Merci au grand maître John Pellegrini, fondateur de Combat Hapkido, au grand maître George Dillman, fondateur du Dillman Karate International et pionnier des points de pression en Occident et au grand maître Chris Thomas, instructeur senior du Dillman Karate International et auteur renommé d'arts martiaux. Ce sont les hommes que j'ai le privilège d'avoir comme maîtres et qui ont, grâce à leur instruction, rendu ce programme possible.

Pour ceux qui sont habitués à l'art martial reality-based du Combat Hapkido, il n'est pas surprenant que seuls les principes les plus efficaces et les plus éprouvés constituent le cœur de ce système. Voici quelques mots de son fondateur et la raison pour laquelle les TPP soient devenus un élément de ce système : « Pendant des siècles, la communauté des arts martiaux a intégré l'art et la science de points de pression dans le combat et la thérapeutique. Le Combat Hapkido, système de self-défense intégral, ne fait pas exception. Je crois que l'intégration de l'utilisation correcte des points de pression dans notre formation non seulement reflète et reconnaît nos racines provenant de l'art traditionnel coréen, mais encore, sur le plan pratique, facilite l'application et améliore l'efficacité de l'ensemble de nos techniques. » - Grand Maître John Pellegrini

Le programme des points de pression tactiques du Combat Hapkido a été développé après de nombreuses années d'étude et de recherche et avec les conseils et l'assistance de très grands spécialistes
m o n -





Points Vitaux

diaux dans le domaine des points de pression et de la self-défense. Les tactiques des TPP sont basées sur des principes de self-défense solides, pratiques et modernes, sans la complexité excessive ni la frénésie « mystique » d'autres programmes. Ce secteur spécifique de l'étude de la self-défense a été conçu sur base de la science occidentale, de la théorie orientale éprouvée et de l'application empirique pratique.

Cet ensemble de connaissances a été intégré avec succès dans les secteurs militaire, civil, de l'application de la loi, de la santé, et dans des programmes de self-défense pour personnes handicapées, pour n'en nommer que quelques-uns. L'objectif principal des TPP est d'améliorer les compétences et l'efficacité de l'arsenal des techniques de self-défense du système de self-défense du Combat Hapkido, mais, comme pour la plupart des sciences martiales, les leçons sont applicables à un large éventail de praticiens et de systèmes. L'application correcte des principes suit les lois de la physique, du mouvement kinesthésique, dynamique (théorie orientale et quantique), de la physiologie anatomique et des réponses psychologiques de base. Ces principes et ces interrelations sont développés au cours de toute la série des DVD de TPP.

Ce programme contient une étude d'ensemble fondamentale de la localisation des points de pression martiaux et doit être pratiqué avec la plus grande prudence. Ce programme se veut une référence pédagogique pour vous préparer rapidement à appliquer cette connaissance dans votre étude de la science de la self-défense. Un entraînement professionnel avec un instructeur certifié et expérimenté vous aidera, bien sûr, à mieux comprendre et à appliquer le matériel présenté.

Dans ce premier niveau, nous détaillons des concepts fondamentaux tels que la responsabilité, la redondance et l'économie de mouvement ainsi que les méthodes appropriées de localisation et d'activation des 17 points de pression tactiques cibles sur les bras et les jambes. Vous recevrez des instructions spécifiques à propos de chaque cible avec un exemple d'application des concepts abordés. Vous étudierez les attributs et relations (la théorie orientale et la science occidentale) de ces zones vulnérables afin de vous aider à créer l'effet désiré dans le combat. Des sections spécifiques abordent les exercices de saisies que vous pouvez intégrer rapidement à votre entraînement pour développer la précision et la maîtrise de vos applications. Ce DVD vous offre plus de 90 minutes de matériel pédagogique structuré pour vous aider à améliorer votre art martial.

Dans la poursuite de vos études, je vous encourage à rejoindre les nombreux guerriers qui adhèrent à l'idée qu'il existe des codes d'honneur spécifiques attendus chez une personne formée aux arts et aux sciences du combat. Plus concrètement, vous devez comprendre que vous êtes moralement et légalement responsable de vos actions dans une situation donnée. L'honneur d'un guerrier dépend d'un code de responsabilité,

de courage et de loyauté. Le programme TPP est structuré dans cet esprit et comprend des instructions de sécurité et des techniques de réanimation qui sont de la plus grande importance et permettent l'efficacité d'un entraînement réaliste.

N'oubliez pas que, dans une situation de légitime défense, il est important de conserver notre énergie et de développer des réponses rapides. Vous devez toujours choisir l'économie de mouvement et utiliser la redondance d'une bonne technique plutôt que de dépendre d'une cible spécifique. Ces concepts ne sont pas facultatifs et ne peuvent être considérés comme acquis.

Que ce soit au cours de l'entraînement ou dans une altercation réelle, vous devez comprendre que l'aspect le plus important de toute application est l'intention, qui ne doit pas être confondue avec la volonté de violence. C'est votre esprit qui est l'arme de self-défense la plus efficace, le reste n'est qu'un outil qui doit être utilisé pour la mise en œuvre de vos techniques. Il ne doit pas y avoir le moindre doute ni la moindre hésitation ; vos pensées, vos sentiments et vos actions doivent être alignés pour obtenir un effet maximal avec un minimum d'effort.

Il y a une raison très pratique à l'apprentissage et à l'utilisation des objectifs du PPT. Il a été prouvé au-delà de toute théorie que lorsque vous activez correctement les points de pressions tactiques, vous envoyez directement un signal au système nerveux autonome qui crée une réaction dans le corps de l'adversaire qui l'empêche de percevoir, d'évaluer, de décider et d'agir de manière efficace. Cette réponse prévisible et involontaire fonctionne à votre avantage dans une situation de stress.

En stimulant directement le nerf, vous êtes

en mesure de créer un effet significatif et un effet souvent dévastateur, sans la crainte d'ecchymoses, des saignements ou des blessures à long terme. La stimulation d'un nerf spécifique interférera sur la communication de ce nerf avec le système nerveux central et un groupe musculaire



Master Mark S. Gridley



6

1.a

COMBAT HAPKIDO

SCIENCE OF
SELF DEFENSE



Combat Hapkido Tactical Pressure Points



Points Vitaux

particulier. Ainsi interférer sur le nerf médian qui se trouve dans le bras de l'attaquant affaiblira sa main (souvent à son insu). Comme vous pouvez l'imaginer, ce sera une technique de self-défense très utile. Un autre exemple est celui de la stimulation des récepteurs nerveux qui contrôlent des fonctions très spécifiques, tels que les fibres fusiformes qui envoient au système nerveux autonome le signal qu'un os a été fracturé. Si vous stimulez ce groupe de récepteurs nerveux vous faites croire à l'attaquant qu'un os va se fracturer (sans pour autant fracturer l'os), ce qui entraîne souvent une réponse de libération immédiate.

Un autre aspect important, encore que souvent sous-estimé du TPP, c'est la réponse psychologique que vous créez chez un sujet. Comme vous le savez, toutes les situations d'autodéfense sont des questions de vie ou de mort. En utilisant ces cibles, nous créons de la confusion ainsi que la peur d'être blessé, de tomber et d'être temporairement invalide. Le résultat final de ces réactions émotion-

nelles et psychologiques crée chez le sujet une vulnérabilité réelle et perçue qui généralement le pousse à adopter une attitude de protection de soi voire une impulsion de retrait plutôt qu'une colère ou une agressivité accrue.

De nombreux membres de la société respectueux de la loi se résistent naturellement à blesser ou à mutiler un être humain. Un avantage ajouté de l'utilisation TPP, c'est la capacité de surmonter cette hésitation potentielle grâce à l'application moins meurtrière de vos compétences de self-défense. Cela, simplement parce que vous savez que vous créez seulement une sensation de blessure avec un effet temporaire et pas des dommages irréversibles. Pour certains, l'utilisation des points de pression peut aussi être considéré comme une option « humaine », ce qui lui vaut une large acceptation parmi ceux qui trouvent l'utilisation de la violence difficile à accepter ; cette méthode est pour eux plus attrayante et leur offre une compétence plus efficace qu'ils pourront utiliser pour protéger la vie.

Du point de vue des trois étapes du pré-conflit, du conflit et du post-conflit, le TPP peut vous aider en ce qui concerne le traumatisme de culpabilité psychologique post-conflit, une responsabilité tant personnelle que professionnelle, et à atténuer le stigmate social lorsqu'il est appliqué correctement. Bien sûr, cette information peut également être assez facilement utilisée pour créer un préjudice réel avec des effets à très long terme ou pire si la situation ne vous laisse pas d'autre alternative. La polyvalence est un attribut-clé, facilement développé, lors de l'apprentissage de ce matériel.

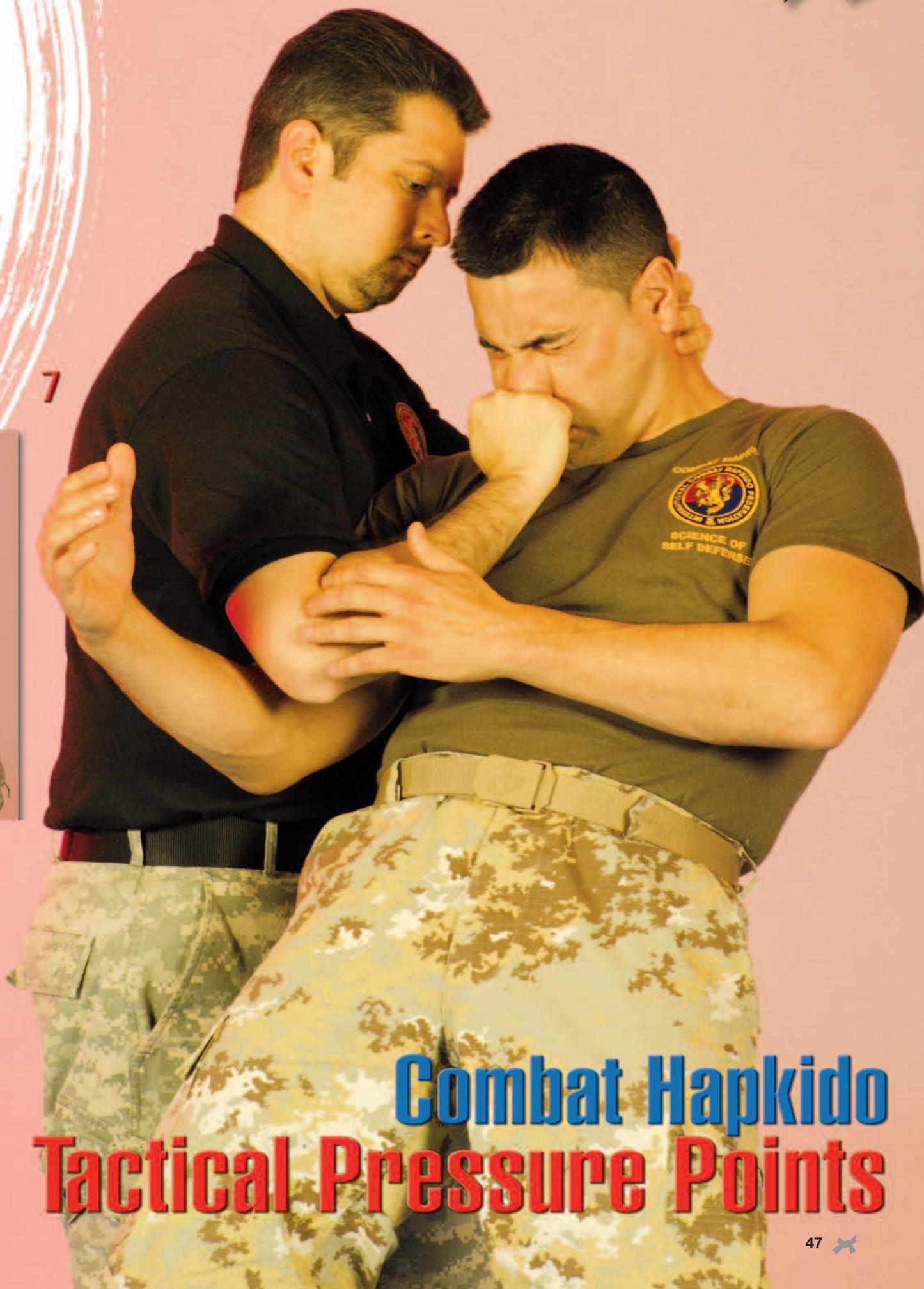
En conclusion, vous pouvez maintenant comprendre que la raison pour incorporer ces informations à votre entraînement n'est autre que celle d'améliorer simplement et rapidement votre efficacité. J'espère avoir stimulé votre curiosité à en apprendre davantage sur ce fascinant et bien utile secteur de la science du combat. Dans les prochains articles, je me lancerai dans la compréhension plus approfondie du système progressif complet. Entraînez-



Master Mark S. Gridley



7



Combat Hapkido Tactical Pressure Points



C'est la question que me posèrent il y a deux ou trois ans certains anciens instructeurs. Pendant plus de 20 ans, de nombreux pratiquants de ce style ont appartenu à diverses associations et n'ont pas été plus loin que la pratique et la promotion de la pratique du WingTsun.

Entrer comme système dans une fédération sportive suppose de grands changements. Mais les temps changent et le WingTsun doit changer avec eux.

Nous avons commencé par étudier quelle était la meilleure des options pour

un style « différent » à tout autre et pour lequel nous devrions, de ce fait, faire très attention à l'endroit où nous allions nous loger, ce style étant défini comme un style de lutte chinois. Après avoir pesé dans la balance les pous et les contres, nous avons pris une décision ferme : la Fédération espagnole de Lutte olympiques et disciplines associées. Nous avons pensé que c'était la meilleure option, que c'était là que nous dirignons nos voiles et finalement nous l'avons fait ! Le 16 mars dernier, nous avons célébré le premier cours et les premiers examens après la création d'un département de WingTsun à la

Fédération espagnole de Luittes olympiques.

C'est très certainement un fait significatif, qui démontre comment un groupe de personnes travaille conjointement en pensant à un bien supérieur. C'est pour moi la meilleure définition de cette symbiose qui a surgi entre plusieurs écoles de WingTsun de ce pays.

Il en coûte car dans le monde du WingTsun, les associations se sont tournées le dos l'une l'autre, comme si elles ne se connaissaient pas. Chose curieuse car nous venons presque tous de la même branche du grand maître Yip

Le WingTsun dans une fédération sportive ? Et pourquoi pas ?



Sifu Salvador Sánchez
www.taowsacademy.es



Man et en fin de compte, nous pratiquons le même style de lutte. Mais pour diverses raisons, pendant des années, nous avons vécu « en face d'un miroir ». Dans le fond, personne ne savait pourquoi nous ne collaborions pas entre nous dans les compétitions, les cours, etc., plus centrés sur ce qui nous séparait et marquant la distance avec les autres branches pour des raisons qui ont peu à peu à voir avec la pratique.

Pour moi, les doutes quant à l'issue de tout cela furent levés au cours des dix premières minutes de cours : ce qui se produisit en mars dernier au CSD (conseil supérieur des sports) ne peut être qualifié que de succès absolu. C'était beau à voir comment plus de 50 ceintures noires de différentes branches ou organisations suivaient, se débattaient et travaillaient, épaula contre épaula, ensemble ! Les mille mètres carrés du tatami du CAR (centre de haut rendement) au CSD se trouvèrent être trop petits pour contenir toute la joie et l'illusion de cette rencontre que j'ose qualifier d'historique. Il y eut quelques très jolies scènes quand nous avons vu les jeunes internes de la Résidence Blume passer par là et nous interroger sur ce que nous pratiquions. Oui, certains de ces jeunes qui défendent notre pays aux prochains Jeux olympiques m'interrogèrent surpris et intéressés à propos de ce style bizarre de lutte chinoise appelé WingTsun !

Il y a, dans mon blog (wingtsunespana.blogspot.com), un article détaillé des événements de ce matin-là au CSD. Je vous dirai brièvement que le stage fut très intense et que les examens que passèrent les participants le furent encore plus. Trois masterclass dirigées par le sifu Alfredo Valía (Association des écoles de WingTsun), Rafael Alins, Arthur Sánchez (Dynamic WingTsun Espagne) et moi-même, en représentation de mon association, la TAOWS Academy.

Cette réunion de maîtres et d'instructeurs, non seulement mit en évidence l'excellent niveau technique qui existe dans ce pays en ce qui concerne le WingTsun, mais elle montra également que les plus de 50 maîtres qui vinrent passer leurs examens apportèrent au monde du WingTsun : respect, humilité et dévouement... Je crois

que ces trois mots doivent définir notre style à l'avenir, par dessus n'importe quelle autre circonstance. Il a été démontré de manière absolue que ces trois mots nous conduisent à un scénario beaucoup plus intéressant que celui de ces dernières années.

Une fois terminées toutes les épreuves, les examens et les masterclass des maîtres qui assistèrent, nous avons procédé à une émouvante remise des certificats. Certains furent très touchés de recevoir leur diplôme sur lequel on pouvait lire : « Entraîneur national de SDP Wing Tsun ».

Qui l'aurait dit il y a dix ans ? Il y avait des pratiquants de plus de 20 années de pratique qui avaient aux yeux des larmes d'émotion et de joie !

Je profite de cette publication pour remercier ici monsieur Angel Rojo et son équipe de la Felucha pour nous avoir tout facilité, pour leur hospitalité et leur gentillesse.

Personnellement, j'aimerais donner aux choses la valeur qu'elles ont et je dois dire que, bien sûr, je continuerai de faire ce que j'ai l'habitude de faire quotidiennement : travailler, étudier, chercher, etc., mais sans aucun doute, les choses ne seront plus du tout pareilles pour le monde du WingTsun en Espagne.

Après vous avoir tous remercié, je ne peux oublier de remercier mon maître, le Dai Sifu Victor Gutiérrez. C'est lui qui est responsable du fait que le WingTsun en Espagne ait pu réunir au CSD 50 ceintures noires. Quand j'ai fait sa connaissance, on confondait encore le mot « WingTsun » avec un plat de nourriture chinoise. Quoi qu'on en dise, c'est lui le pionnier et le père du WingTsun en Espagne et si maintenant il a décidé de mener sa vie et son parcours martial sur une autre voie, il ne mérite pas moins de recevoir tous les honneurs qui lui

correspondent. Et même si cela fait longtemps que je ne lui ai plus parlé : « Sifu, merci pour tout. Tu continues d'être pour moi le plus grand ! »

Le département de WingTsun de la Feloda est ouvert à n'importe quelle branche de WingTsun (peut importe sa dénomination) et est à disposition de quiconque souhaite être informé des étapes à suivre pour les homologations, les inscriptions de clubs, d'élèves, etc. Nous sommes au service des pratiquants de WingTsun.

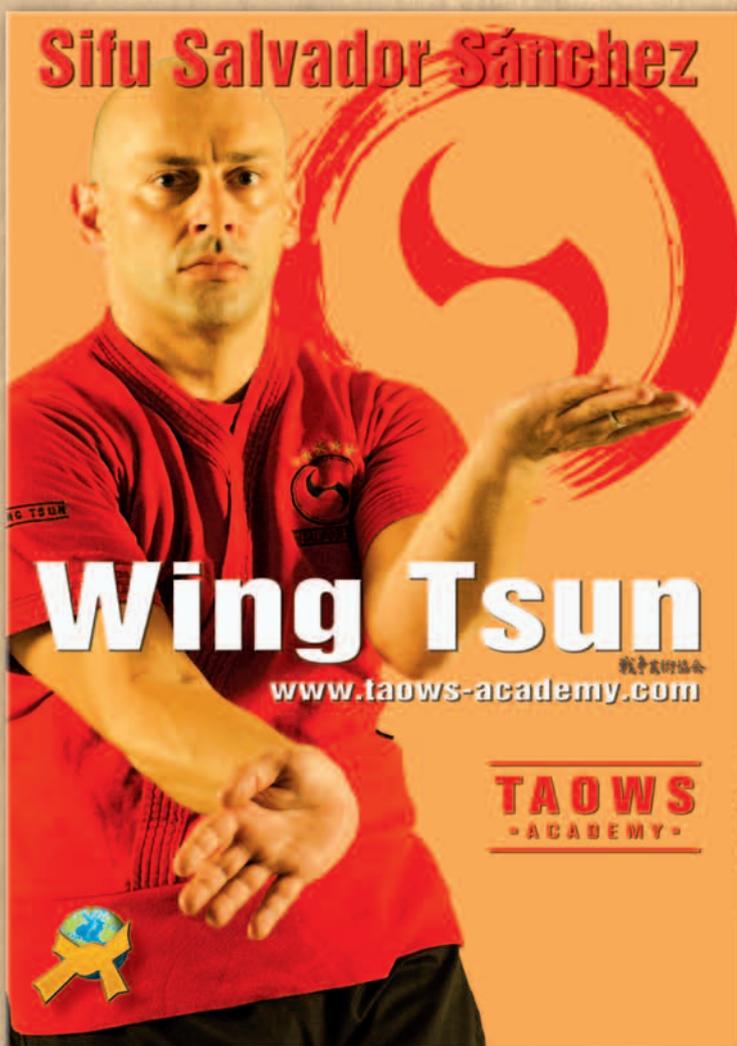
Prochain rendez-vous, le 21 et le 22 juin 2013 au CAR du Conseil supérieur des sports.

Merci à tous pour votre appui.

Sifu Salvador Sánchez
Directeur technique Département
SDP WingTsun Feloda
feloda.wingtsun@gmail.com
Tél. : 722 778 470



Wing Tsun Sifu Salvador Sánchez



La Taows Academy a été créée dans un seul but : s'entraîner, investiguer et travailler dur pour que le WingTsun soit reconnu par la communauté des pratiquants d'arts martiaux comme un art martial passionnant. La Taows Academy veut servir de pont entre les lignages plus traditionnels et ceux qui veulent faire évoluer l'art martial

classique et l'adapter aux temps actuels. Pour elle, c'est en se

situant au milieu, que l'on peut atteindre un équilibre parfait

entre le respect de la tradition martiale et la

recherche de l'efficacité, en utilisant toutes les

possibilités qu'offre ce beau système : art,

martial, protocole, philosophie,

développement personnel et santé. Le

Sifu Salvador Sanchez et son équipe

d'instructeurs nous introduisent au travail

approfondi qu'il sont en train de développer à

travers un projet à long terme. Dans ce DVD, seront

expliqués certains points fondamentaux qui n'ont pas

toujours été transmis de manière satisfaisante :

qui ils sont, quels sont leurs objectifs, adhérence, non adhérence,

travail des pas et déplacements et applications pour la self-défense. C'est là le premier d'une série de travaux à

travers lesquels nous espérons que la Taows Academy continuera d'apporter ses connaissances comme point

d'union entre les écoles et les branches du WingTsun aux passionnés d'arts martiaux qui souhaitent connaître

le toucher de l'Éternel Printemps.



REF.: • TAOWS1

DVD: 25,00 €



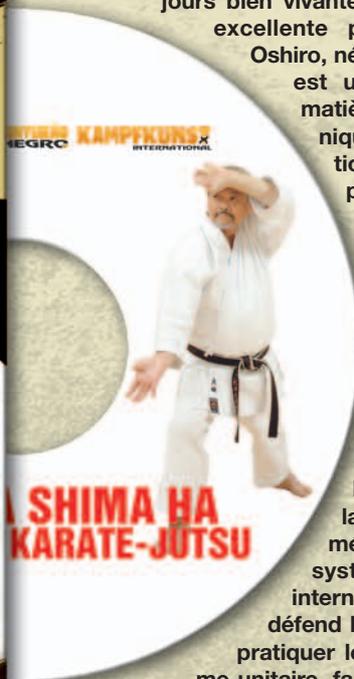
English
Español
Français
Italiano



Tous les DVDs produits par Budo International sont scellés au moyen d'une étiquette holographique distinctive et sont réalisés sur support DVD-5, format MPEG-2 (jamais VCD, DICX ou similaires). De même, l'impression des jaquettes ainsi que les sérigraphies suivent les plus strictes exigences de qualité. Si ce DVD ne remplit pas ces critères et/ou si la jaquette ou la sérigraphie ne coïncide pas avec celle que nous vous montrons ici, il s'agit d'une copie pirate.

COMMANDES :
Budo international. net

道 国 雑 誌 武 道
 沖繩島派松林流空手術
OKINAWA SHIMA HA SHORIN-RYU KARATE-JUTSU



Le Karaté est un sport de haute compétition qui s'est étendu dans le monde entier, mais ses racines sont toujours bien vivantes et ce travail en est une excellente preuve. Shihan Toshihiro Oshiro, né à Okinawa, est une autorité reconnue en matière d'histoire et de techniques des arts martiaux traditionnels d'Okinawa. Il est le président de la Ryukyu Bujutsu Kenkyu Doyukai (RBKD) qui se consacre à la recherche et au développement du Karaté d'Okinawa et de la technique du Kobujutsu, en particulier l'enseignement du Shima-Ha Shorin-Ryu Karaté et du Yamanni-Ryu Kobujutsu. Le style base son travail sur la compréhension de la biomécanique corporelle et du système physico-dynamique interne dans les anciens katas. Il défend la manière traditionnelle de pratiquer le Karaté comme un système unitaire, face aux dissections que fait l'actuel sport du Karaté. Avec l'aide de Sergio Hernández Beltrán et de Cristobal Gea Gea, respectivement président directeur technique et secrétaire de la EBKD-Espagne, Oshiro Shihan présente un travail centré sur les katas de base du style Shima Ha Shorin-Ryu : Sonoba Kihon (techniques de base au même endroit), Ido Kihon (techniques de base en mouvement), Kihon kata 1 à 3, les katas de base Pinan kata 1 à 5, le kata Naihanchi Shodan et les deux premiers katas élémentaires de Sai (Shimabukuro No Sai).

REF.: • OSHIRO1

DVD: €25,00



Tous les DVDs produits par Budo International sont scellés au moyen d'une étiquette holographique distinctive et sont réalisés sur support DVD-5, format MPEG-2 (jamais VCD, DICX ou similaires). De même, l'impression des jaquettes ainsi que les sérigraphies suivent les plus strictes exigences de qualité. Si ce DVD ne remplit pas ces critères et/ou si la jaquette ou la sérigraphie ne coïncide pas avec celle que nous vous montrons ici, il s'agit d'une copie pirate.

English
 Italiano
 Español
 Français
 Deutsch

COMMANDES :
Budo international. net



Russian Martial Art SYSTEMA SV (Sibirskiy Vjun) Dmitri Skogorev



C'est l'un des grands des arts martiaux russes. Derrière ses yeux de loup, il y a un maître des arts slaves, quelqu'un qui a voyagé dans le monde entier et a fait le maximum pour faire connaître les manières révolutionnaires de concevoir le combat telles qu'on le concevait dans l'ancienne Union soviétique. Il présente aujourd'hui son premier DVD réalisé avec Budo International. Mieux vaut ne pas le manquer ! Dmitri a beaucoup de choses à dire, beaucoup à enseigner... Impressionnant !

Ce système d'arts martiaux provient des services spéciaux de l'ex-URSS : KGB, FSB, GRU, ministère de l'Intérieur, ministère de la Défense (équipe d'assaut aérien, SWAT), mais aussi de la tradition culturelle des anciens Slaves.

De nombreux aspects de ce style sont des secrets d'État. Dans les conditions des opérations du combat moderne, le système d'art martial russe n'est pas moins efficace que les avions et les équipements militaires modernes. C'est une arme puissante qui est difficile à maîtriser, mais qui, contrairement à l'arme habituelle, est difficile à perdre.

En 1923, quand l'armée fut anéantie en URSS, surgit la guerre partisane. Les partisans devaient immobiliser l'arrière-garde de l'agresseur. Ils avaient besoin d'un système de combat militaire pour affronter les défis proposés par l'ennemi. Les militaires (NKVD-KGB) avaient également besoin d'un système pour lutter contre le banditisme, le terrorisme et les groupes clandestins. Plus tard, le Club Dynamo, le premier club de self-défense dirigé par Victor Spiridonov a été organisé. Spiridonov avait acquis ses compétences dans l'armée tsariste, avec les techniques platsounes des Cosaques, qui permettaient de se déplacer sur n'importe quel terrain sans faire aucun bruit et de capturer des prisonniers dans les conditions les plus compliquées. Vasili Oshchepkov et Anatoly Kharlampiev s'associèrent à lui pour concevoir un système de self-défense militaire national. La synthèse des écoles de Spiridonov et d'Oshchepkov fut à la base de la lutte Sambo (système de self-défense sans armes). Le Sambo devint une arme puissante pour les militaires.

Au cours de la Seconde Guerre mondiale, en 1941, fut constituée une brigade motorisée distincte pour missions spéciales. Elle était composée d'anciens sportifs, des maîtres dans les sports de la lutte, la boxe, le tir, le ski, qui furent spécifiquement entraînés. En

1942, le SMERSH (« Mort aux espions ») fut créé pour lutter contre les envahisseurs allemands. On créa également des groupes spéciaux pour capturer les prisonniers. En 1950, un détachement spécial fut constitué au GRU (Direction générale des renseignements de l'état-major russe). En 1979, apparurent les groupes spéciaux « Grom » et « Zenith », prédécesseurs du groupe A (Alfa) bien connu.

1986 fut une année de relance du système militaire national. Un centre de recherche de l'art martial russe, dirigée par Alexey Kadochnikov fut constitué. On y mena à bien des travaux de recherche scientifiques dans le domaine de la biomécanique, de la cinématique et de la bioénergétique. Le système est basé sur la maximisation du principe d'économie d'énergie. L'algorithme d'analyse de la situation se constitue au niveau du subconscient, tout comme celui de la prévision et de la découverte de la solution optimale pour la tâche. La capacité à interagir avec le système agressif et à faire en sorte qu'il vous obéisse, en étudiant la psychologie de combat, a ouvert des possibilités inimaginables pour l'individu. Celui qui domine ce système d'art martial peut sentir qu'il exerce une menace invisible et qu'il frappe l'adversaire sans qu'il y ait le moindre contact physique, en utilisant simplement l'énergie. En 1994, les groupes spéciaux GRU et FSB commencèrent à utiliser ce système rénové.

Dmitri Skogorev, l'auteur

Dmitri Skogorev fut officier du Département des pouvoirs spéciaux (Service de protection physique) dans le cadre du Conseil du Service fédéral des impôts et de la police des revenus dans la région de Novossibirsk de 1995 à 2001.

Actuellement, il est l'un des grands spécialistes de l'enseignement des arts martiaux russes tant en Russie qu'à l'étranger. Il est directeur de l'école

d'arts martiaux russes « Sibirskiy Vjun » (Systema « SV ») et président du Centre international des arts martiaux russes. Il est l'auteur de plusieurs livres et d'un certain nombre de programmes de combat au corps à corps. Il organise des stages sur ce sujet en Russie et en Europe. Il est membre d'honneur de l'organisation des vétérans des forces d'assaut aériennes et des forces d'opérations spéciales "Gvardia".

Il a commencé à apprendre les arts martiaux en 1980 dans la section Sambo au Club Dynamo.

De 1981 à 1984, il étudia le Karaté avec Sergey Danilov (juge international certifié de Taekwondo, 5e dan).

De 1985 à 1987, il travailla au service de l'armée soviétique, département du combat au corps à corps.

Depuis 1991, il organise des rencontres avec différents représentants du système d'arts martiaux russe.

En 1998, 1999, 2002, il organisa des rencontres et des formations sous la direction Alexey Kadochnikov (Krasnodar, Russie).

Depuis 1991, il échange avec de brillants représentants de l'art de combat russe. En 1991 : avec G. N. Bazlov (Tver). En 1992 : avec A. I. Retjunsy (président de la Fédération internationale de l'art de combat russe, Saint-Pétersbourg). En 1992, 1995, 1996, 1997 : avec le prince B. V. Golitsyn, (Saint-Pétersbourg, style patrimonial). En 1998, 1999, 2002 : avec A. A. Kadochnikov (Krasnodar). En 1994, 1995, 2000 : avec E. Bogaev. En 2008 : avec A. L. Lavrov (Zelenograd). En 2009 : avec M. V. Ryabko (Moscou).

Depuis 1988, Dmitri Skogorev a systématisé et effectué une analyse structurelle du système d'arts martiaux russe. Il a fait des recherches en psychologie appliquée et en bioénergétique, qui ont mené à leur tour à la conception théorique et pratique que l'on retrouve dans les programmes de l'école « Sibirskiy Vjun ».

En 2000, il se consacra à l'entraînement et à l'amélioration de ses





Russian Martial Art
SYSTEMA SV (Sibirskiyi Viun)
Dmitri Skogorev





compétences professionnelle à la « National Institute of Health » institut d'éducation d'État (succursale de Novossibirsk) en matière de systèmes traditionnels d'amélioration des combats russes (Registratsionyj 0300072).

D.V. Skogorev a le statut d'instructeur international (grand maître du RMA Systema SV « Sibirskiy Vjun »).

En 2007, il fut maître enseignant fondateur et coordinateur de la l'Organisation mondiale de légitime défense (RMA Systema SV « Sibirskiy Vjun »).

L'école

L'école d'arts martiaux russes « Sibirskiy Vjun » a été fondée par Dmitri Skogorev en 1988 à Novossibirsk (Sibérie, Russie).

Les méthodes actuelles d'entraînement des arts martiaux russes développées par Dmitri Skogorev ont été approuvées par le Conseil du Service fédéral des impôts et de la police des revenus à Moscou (n° 3/114 en date du 20/06/97), par le Conseil du Service fédéral des impôts et de la police des revenus de la région de

Novossibirsk (n° 134/18 en date du 12/05/97) et par l'école secondaire spéciale de la milice de Novossibirsk relevant du ministère de l'Intérieur (n° 19 en date du 05/07/97.).

Le système martial russe a différents aspects : le système militaire (armée, police) et celui de la légitime défense civile (pour la population civile).

Les méthodes de l'école « Sibirskiy Vjun » permettent aux instructeurs d'enseigner à leurs élèves les rudiments du combat corps à corps russe et l'équilibre psychologique nécessaire pour survivre dans des conditions extrêmes. L'intérêt pour les arts martiaux russes se doit à la simplicité de sa perception et de la philosophie. L'enseignement se base sur la structure (système) qui permet à la fois d'apprendre les bases du combat au corps à corps et de maîtriser le maniement des armes et de différents objets, ainsi que d'acquérir la capacité de combattre dans un espace réduit, face à plusieurs adversaires armés, en utilisant différents aspects psycho-énergétiques.

Les élèves de l'école « Sibirskiy Vjun » étudient le combat au corps à corps de

Dmitry Skogorev, selon sa méthode personnelle, prenant part à des actions militaires du ministère russe de la Défense et remplissant diverses tâches opérationnelles confidentiellement confiées par le ministère des Affaires intérieures russe, coordonnant leurs efforts. Dans les situations extrêmes, les élèves ont démontré être capables de sauver à la fois la vie de leurs camarades et celles de leurs proches. C'est un signe de grande distinction octroyé au système militaire russe et au travail de l'instructeur en particulier.

Lorsqu'on utilise le système russe de combat au corps à corps, la possibilité d'agir et de se maintenir sain et sauf augmente quand les combats sont réalisés en situation extrême, de sorte que les points-clés sont les suivants :

- Il n'y a pas de méthodes spécifiques contre des actions spécifiques (seulement des actions élémentaires basées sur les lois naturelles)
- Il n'y a pas de travail de « la force contre la force » (mais une capacité de ressentir la force et de la gérer)
- Le travail se fait en fonction de la situation (la situation est en constante





évolution dans le temps et dans l'espace).

On obtient tout cela par l'apprentissage et la connaissance au cours du processus d'entraînement des principes-clés, des lois physiques et de la biomécanique du corps humain, ainsi que des lois de l'interaction humaine lorsqu'on établit un dialogue.

L'absence de méthodes spécifiques contre des actions spécifiques signifie qu'il y a des applications-clés de défense combinées avec des techniques de frappe et de renversement, ainsi que la connaissance des systèmes de levier et des moyens d'altérer l'équilibre à la fois physique et psychologique de l'attaquant pour ensuite conclure.

Quand il n'y a pas de travail de « force contre force », au sens physique, cela implique le refus des formes dures (le freinage ou le blocage de la main ou de la jambe d'attaque est exclu) et cela implique au contraire l'utilisation de la force et de l'inertie de l'adversaire, pour l'accélérer. Il s'agit d'éviter la force brutale et son contrôle postérieur. Les mouvements de défense sont assez courts et rationnels, ce qui, à son tour, donne l'avantage en force et en temps. Cela permet de manier la force brute, puis de la contrôler. Les actions de protection sont assez courtes et rationnelles, ce qui, à son tour, donne

l'avantage en force et en temps. La non-résistance se produit à tous les niveaux, mais avec un contrôle, tant psychiquement que physiquement.

Le travail se fait en fonction de la situation, si une seule et même action est répétée, par exemple si un seul et même coup est frappé plusieurs fois, les actions de défense peuvent être différentes car la situation va changer à chaque fois et les caractéristiques des coups (telles que la force, la vitesse et la longueur, etc.) seront différentes, ce qui permet au processus de formation d'être aussi proche que possible de la réalité. De ce fait, l'entraînement est qualifié de méthode « touffue » : sur un mouvement de base principal se base une « touffe » d'actions. Si plusieurs mouvements de base principaux sont choisis, on peut former un combattant non pas à appliquer des mouvements immuables bien entraînés mais à agir dans différentes situations en fonction du temps et de la vitesse, ce qui peut être fait dans une période de temps relativement courte.

Le système

Le programme de formation en combat au corps-à-corps russe aborde des thématiques telles que :

- Acrobaties spéciales : Capacité de tomber en toute sécurité sur une surface

qui n'est pas couverte d'un revêtement mou. Usage de la chute comme une défense contre une attaque, pour son travail postérieur au combat.

- Biomécanique : La mécanique traite de l'analyse spatiale des mouvements des différents éléments dans l'espace. Les lois de la mécanique peuvent être appliquées à un organisme vivant, c'est ce qu'on appelle la biomécanique. La biomécanique est une science qui étudie les lois en vertu





Russian Martial Art
SYSTEMA SV (Sibirskiy Viun)
Dmitri Skogorev



Info: www.rmasv.ru
E-mail: viun@mail.ru т. 007-383- 2-236-801

www.rmasv.ru





Arts Martiaux Russes

desquelles agissent les organismes vivants, qui leur permettent d'assumer des tâches mécaniques (statiques et dynamiques) avec le minimum d'action musculaire. On considère qu'un être humain est constitué d'une structure biomécanique qui consiste en un système de leviers osseux reliés entre eux par des articulations et un système ligamentaire et musculaire octroyant plus de 250 degrés de liberté de mouvement.

- Psycho-physique, bioénergétique : La psycho-physique est une science qui étudie les phénomènes psychiques et physiologiques qui fonctionnent conjointement. En ce qui concerne le combat au corps-à-corps, on considère des catégories telles que la force (interne et externe), la conscience, la perception,

la mémoire, l'attention, etc., ainsi que la réponse de l'adversaire à telles ou telles actions de l'attaquant et la maîtrise psychique de l'adversaire.

- Se libérer de saisies
- Saisies-clés et comment s'en libérer.

Les méthodes d'accompagnement

- Méthodes de frappe avec les mains et les jambes

- Étude et frappe linéaires, coups ondulants et vibratoires

- Techniques de frappe : étude et entraînement des coups en condition de contact (épaules, avant-bras, biceps, coude, genou, etc.)

- Défense contre les coups avec mains et jambes

- Étude des schémas et des principes-clés.

- Les manières de déséquilibrer l'adversaire et le contrôle au sol ou accompagnement

- La défense contre bâton

- Défense contre la menace des armes à feu (au contact et à distance)

- La défense contre le couteau au contact et à distance

- Travail contre plusieurs assaillants avec ou sans arme

- Travail en groupe (unité), aide mutuelle

- Manières de maîtriser l'arme

- Travail de différentes combinaisons dans des conditions difficiles

- Travail au niveau bas (au sol)

- Utilisation d'un pistolet, d'un bâton, etc., face à toute autre arme (couteau, bâton, arme à feu, etc.)



Russian Martial Art SYSTEMA SV (Sibirskiy Viun) Dmitri Skogorev



РУССКОЕ БОЕВОЕ ИСКУССТВО



Info: www.rmasv.ru
E-mail: viun@mail.ru т. 007-383- 2-236-801

www.rmasv.ru



Arts Martiaux Russes

- Travail avec des moyens improvisés et les utiliser comme armes

- Travail dans un espace réduit, contre un mur, en position assise, etc.

Le système de formation comprend également :

- Entraînement physique, gymnastique des articulations, méthodes de respiration, psycho-physique, psychologie, neurophysiologie

- Réalisation de combats d'entraînement, sparring, individuel.

- Participation à des compétitions (tournois) dans les genres de combats de compétition : lutte, boxe, combat de couteau.

Pour mener à bien un combat avec succès, il est important de maîtriser trois types de distances qui sont entraînés dans les pratiques suivantes :

1. Boxe : Maîtrise des pratiques du combat à mi-distance. Méthodes de

défense. Techniques de frappe avec les mains et les jambes. Les voies de mouvements.

2. Escrime : Maîtrise de la pratique du combat en distance longue, combat au couteau, manières de se défendre contre un bâton (combat au bâton).

3. Lutte : Maîtrise des pratiques du combat en distance courte, moyens de se libérer des saisies de bras. Étude et entraînement des renversements, lutte avec un partenaire au sol. Habileté à mener un combat de contact.

Certificat de qualification

Le certificat de l'école de combat russe « Sibirskiy Vjun » reconnaît le niveau de maîtrise des gestes techniques de base des élèves et leur permet d'exercer une activité de l'instructeur.

On peut obtenir le certificat après avoir mené à bien un programme de formation de 4 à 6 ans et avoir passé le programme des examens d'obtention du diplôme qui attribue une qualification dans 6 types de catégories.

Ceux qui ont réussi leurs examens obtiennent un certificat et le certificat d'instructeur de combat au corps à corps de l'école de combat russe « Sibirskiy Vjun », certifié par le sceau et les signatures des membres de la commission d'attestation.

Durant les années de travail à l'école, les élèves effectuent plus de 60 stages d'immersion dans la méthode, ainsi que des séances d'entraînement de 24 heures.

De 1993 à 2012 plus de trois mille personnes ont participé aux stages. Le travail permanent permet à l'école de proposer des méthodologies



Nouveau DVD



d'entraînement bien développées, des méthodes de communication efficaces, des compétences dans le système de combat au corps à corps russe, l'établissement d'objectifs et la réussite.

L'école « Sibirskiy Vjun » (Systema SV) a des bureaux qui la représentent dans les villes de Gorno-Altai, Angarsk, Seversk, Kiselevsk, la ville de Kazan, Ufa (Russie), Almaty (Kazakhstan), etc. Elle

dispose en outre de bureaux en Allemagne (directeur : Fuhrmann) où, de 1997 à 2012, huit stages de formation pratiques internationaux ont été organisés. Il y a aussi des bureaux de représentation en Belgique (Alexander Balandjin). En 2007, 2010, 2012 furent organisés des stages en Israël (Haïfa, Tel-Aviv, directeur : M. Michelson). En août 2010 et en novembre 2012, en Bulgarie (Sofia, Albena). En 2011,

en Slovaquie (Stará Turá, Bratislava), aux États-Unis (Tuxtla Gutierrez), à Chiapas au Mexique (Fidel Alfonso Leon Castillejos Calzada), au Canada (M. Krivoshein), en Suède en 2009 et en 2011 (M. Igor Sadonskiy), trois stages ont été organisés en 2006 et 2007, 2008, 2009, 2010, 2011/2012 en Italie (Luigi Soprano), aux États-Unis en 2012 (Andrey Patenko), au Mexique en 2012 (Fidel Alfonso Leon Castillejos), en France (Stephan Surdi). Des relations d'affaires existent avec les clubs de combat au corps à corps de Grande-Bretagne.

Russian Martial Art SYSTEMA SV (Sibirskiy Viun) Dmitri Skogorev



Info: www.rmasv.ru
E-mail: viun@mail.ru T. 007-383- 2-236-801

www.rmasv.ru





Talásana



Kyusho (points vitaux) du développement de l'énergie

Posture 3 : « La posture du palmier » - Tadasana

Notre dernière posture nous a permis non seulement de nous enraciner, tout comme la première, mais aussi d'équilibrer notre corps, poursuivant sa préparation au-delà de la position du Lotus assis. Grâce à une structure physique correcte, nous nous débarrassons des mauvaises habitudes posturales et du stress qu'elles provoquent et nous préparons notre corps à l'expérience de l'ouverture de notre capacité énergétique totale. Cette base nous permettra d'acquérir une fonctionnalité optimale et de percevoir la circulation de notre énergie car elle augmente notre vitalité. Là encore, nous ne soulignerons jamais assez que vous devez être sûr de sentir vraiment les subtilités décrites dans chaque pose ou posture ainsi que leurs mouvements d'énergie avant de passer à la suivante. Bien sûr, toutes les postures peuvent toujours être pratiquées pour autant tant que vous adjoignez lentement les qualités énergétiques. La séquence est une méthode systématique et symbiotique, elle est la clé qui ouvre les possibilités de chaque posture suivante. Ces premières postures ne servent pas seulement à planter les bases de la sécurité et du contrôle, elles permettent aussi d'ouvrir et d'accéder à un effet maximal et à de futures possibilités.

En enracinant du noyau et en stabilisant toutes les structures périphériques dans un corps plus détendu et ouvert, nous l'avons aussi en réalité purifié pour

permettre une plus grande conscience et un plus grand potentiel vibrationnel. On peut maintenant plus sûrement se réveiller, se redresser et percevoir la sensation des vibrations énergétiques, d'abord dans les structures périphériques, puis dans le noyau et enfin dans le cerveau lui-même. Soyez conscient de ces qualités vibratoires qui montent dans tout le corps et particulièrement dans la tête et qui vous rendent plus alerte et plus énergique. C'est alors que vous devez être prudent et établir un moyen de dissiper l'énergie de la tête afin d'acquérir une santé, une prise de conscience et des sensations plus dynamiques.

L'équilibre du corps par le cerveau est encore nécessaire dans cette posture, mais il se déplace d'une perspective latérale (qui améliore l'enracinement du corps expérimenté dans la posture précédente), pour passer maintenant à basculement d'avant en arrière. Ce basculement d'avant en arrière masse les pieds et connecte également tous les circuits neuronaux du cerveau vers les pieds. Cela augmente l'action de pompage énergétique pour aspirer les ondes les plus subtiles émanant de la terre et augmenter simultanément la prise de conscience, la lucidité et la vitalité du pratiquant. Les vibrations et les messages neuronaux passent alors à l'intérieur de la jambe, traversent le chakra racine (Muladhara, le premier chakra) et montent alors simultanément à travers Shushumna, Ida et Pingala pour se connecter finalement avec le cerveau.

« La posture du palmier » - Tadasana

À partir de la dernière posture, placez les pieds dans la prolongation des

épaules et centrez-vous sur la sensation de stabilité. Cette action sépare les jambes, détend et ouvre le périnée (chakra de base) pour permettre la montée des vibrations de la terre. Lorsque vous ouvrez les jambes, soyez conscient du fait que les vibrations ou l'énergie qui étaient à l'extérieur de la jambe se déplace maintenant à l'intérieur des jambes et dans le premier chakra, n'essayez pas de le provoquer, simplement soyez conscient de ce qui se produit. Avec les bras toujours dans la position de la dernière posture, vous pouvez également sentir qu'il y a plus d'énergie qui vient se concentrer ou se coincer entre les omoplates, c'est l'énergie qui monte et rencontre une résistance au niveau de cette porte d'énergie. Ne vous battez pas contre cela, n'essayez pas d'améliorer cela, simplement reconnaissez-le et jouissez de la capacité d'être à l'écoute de votre corps tandis qu'il se connecte et travaille conformément aux énergies.

Maintenant que vous êtes situés, levez lentement les bras tendus au-dessus de votre tête, vous sentirez l'énergie bloquée se libérer et monter dans votre nuque jusqu'au sommet de votre tête où se trouve le chakra couronne. Ça peut être une forte énergie vibratoire, il ne faut pas s'alarmer, juste sentir sa présence et sa montée. Cette vibration est également plus forte que celle des structures périphériques, essayez de sentir la fréquence de ces vibrations car c'est votre fréquence personnelle. Vous sentirez que cette posture ouvre et détend la colonne vertébrale car elle annule la pression gravitationnelle pour permettre à ces vibrations de monter librement. Vous n'étirez pas seulement le noyau du corps et la colonne vertébrale



(Shushumna), mais aussi les structures périphériques et les chakras connexes. Une fois que vous avez pris conscience de votre fréquence personnelle, portez votre conscience sur ces vibrations énergétiques qui montent à travers les jambes, le périnée et le noyau jusqu'à la couronne. Cette position ouvrira également tous les nadis ou canaux sauf ceux de la jambe arrière qui aident à enraciner le corps.

Une fois que les bras sont en extension complète sur la tête et que les vibrations énergétiques montent, levez les talons du sol pour sentir l'augmentation de la poussée. Ceci désenracine presque complètement le corps de telle sorte que toute la concentration et la focalisation monte vers la couronne. Avec du temps et de l'expérience, vous sentirez aussi l'enroulement plus subtil de l'énergie qui s'élève en spirale dans Ida et Pingala. C'est un point essentiel pour conserver l'équilibre et plein de vitalité. La plupart des gens ne s'efforcent d'ouvrir que la voie centrale principale de la Kundalini, mais cette pratique ne sert qu'à déséquilibrer l'être humain. Vous devez cultiver tous les aspects de manière équilibrée pour obtenir des résultats optimaux et avoir une pratique sûre. Ces trois canaux vibratoires (Shushumna, Ida et Pingala) se concentrent dans la couronne et apportent aux pratiquants une conscience de ce chakra. C'est le chakra couronne qui est le siège de la compréhension et de la volonté humaine ; l'accroissement d'énergie stimule le cerveau et apporte au pratiquant un état de conscience plus intense. Cette étape est essentielle avant l'ouverture de la glande pinéale réalisée dans la posture suivante.

Il faut comprendre que les bras levés et placés ensemble ne permettent pas au chakra couronne de s'ouvrir pleinement vers le ciel de sorte qu'il peut être concentrée dans la tête, vivifiant à son tour l'esprit par un accroissement de la connexion corps/cerveau.

Cela ouvre et permet à l'énergie de circuler de la terre à travers le corps dans la structure de la Vajaramuki qui est à son tour est une image et une forme que l'on retrouve dans Ida et Pingala, dans les champs électromagnétiques et même dans l'hélice de l'ADN. Le flux en spirale est la loi naturelle de l'énergie et occupe une place importante dans toute vie naturelle.

C'est quelque chose que l'on peut facilement observer. Il suffit de regarder les images au ralenti de la germination d'une plante (qui représente de manière précise le balancement de la personne dans les postures de yoga que nous venons de décrire) ou un film montrant la croissance d'un coquillage ou encore des galaxies. Le but n'est pas uniquement d'ouvrir et de sentir ces vibrations et ces spirales, mais également de sentir la syntonie avec ces forces de la nature et ces structures d'énergie.

Les nadis ou structures de canaux d'énergie sont également ouverts et comprennent ce même schéma de flux que les branches d'énergies des principales voies. Nous décrivons cela plus en détail dans des postures suivantes. Nous allons pour l'instant mettre l'accent sur les aspects centraux de notre corps.

Avant d'entrer dans la coordination de la respiration avec cette posture, prenez le temps de vous habituer à ces besoins physiques d'équilibre et aux sensations subtiles des vibrations d'énergie. Alors seulement, vous pourrez commencer à développer la respiration conjointement à la forme ; de cette manière, rien ne sera éclipsé, les subtilités ne seront pas estompées et vous en obtiendrez toute la connaissance et tous les bénéfices.

Respiration et intention

Concentrez-vous maintenant sur la respiration. Lorsque vous inspirerez profondément dans cette posture, vous sentirez un solide enracinement de l'énergie et de l'équilibre. Sentez votre respiration comme si elle descendait et s'enracinait dans le sol, comme dans la posture précédente. Effectuez une longue expiration détendue, vous commencerez à sentir le déplacement d'avant en arrière tandis que les muscles du tronc se détendent et l'énergie augmente.

Le pratiquant peut aussi imaginer que chaque inhalation absorbe l'énergie de la nature et que les expirations sont les énergies qui surgissent et apportent la croissance et l'illumination. Les énergies doivent circuler comme le fait la nature, elles ne peuvent jamais stagner ou se concentrer dans une zone. Même dans le calme d'une posture, il doit y avoir un flux et une transition constants.

Le praticien a intérêt à avoir une pleine conscience de la posture avant de tenter d'impliquer la respiration coordonnée avec elle. La respiration distraira les élèves qui feront attention au balancement et à la dynamique de la respiration au lieu de se centrer sur les vibrations d'énergie.

L'objectif est d'abord d'éveiller et de sentir les énergies, et ensuite de les coordonner avec le contrôle de la respiration. La respiration ne doit jamais être forcée ou concentrée ; vous aurez cette tendance au début, il ne faut pas la combattre, mais l'accepter et apprendre d'elle.

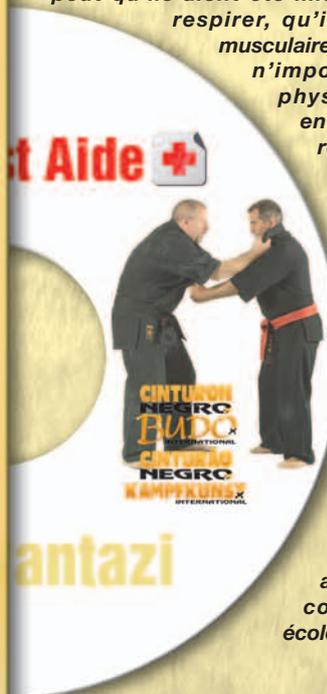
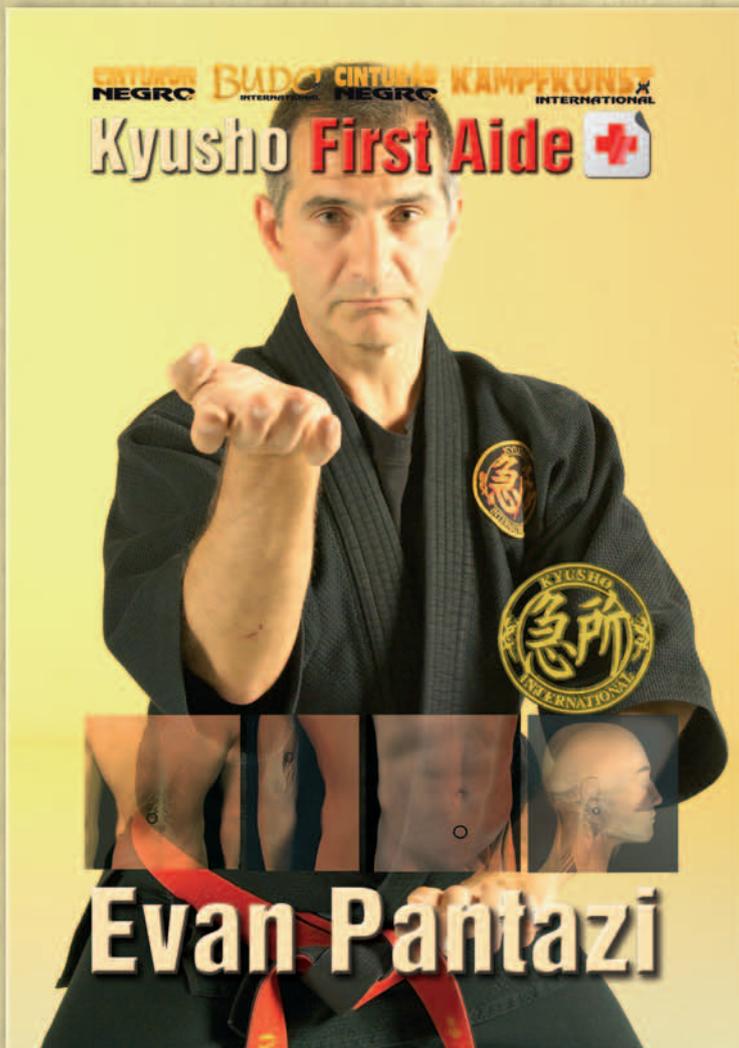
Avec le temps et l'expérience, elle se produira naturellement et vous pourrez conserver votre concentration et votre conscience sur les flux d'énergie (jusqu'à ce que vous soyez capable de vibrer naturellement et de respirer à l'unisson avec les vibrations naturelles de l'existence).

Prochain numéro : « Du bout du pied au talon » Prathanasana



Kyusho First Aide

Evan Pantazi



Ce DVD de premiers secours est un outil indispensable pour tous les pratiquants d'arts martiaux qui tôt ou tard se retrouvent dans des situations où il faut « aider ». Dans toutes les écoles où il y a des luttes, des combats ou simplement un contact physique dur, à un moment donné, un élève ou un instructeur ont été frappés ou blessés. Il se peut qu'ils aient été mis KO, qu'ils aient eu du mal à respirer, qu'ils aient souffert de crampes musculaires, de vertiges, de nausées, ou de n'importe quelle autre problème physique provoqué par leur entraînement. Les accidents sont réels et il faut s'en occuper dès que possible, avant que le dysfonctionnement provoqué n'empire. Cette connaissance ne devrait-elle pas être obligatoire pour tout instructeur, simplement pour préserver la sécurité et le bien-être des élèves ? Ce DVD est le premier d'une série de travaux que va réaliser le maître Pantazi, centrés sur l'autre aspect du Kyusho, un aspect qui fait attention aux sciences de l'énergie, de la santé et du bien-être, si souvent associées aux savoirs secrets et à la connaissance approfondie des écoles martiales.

REF.: • KYUSHO19

DVD: 25,00 €



English
Español
Français



Tous les DVDs produits par Budo International sont scellés au moyen d'une étiquette holographique distinctive et sont réalisés sur support DVD-5, format MPEG-2 (jamais VCD, DICX ou similaires). De même, l'impression des jaquettes ainsi que les sérigraphies suivent les plus strictes exigences de qualité. Si ce DVD ne remplit pas ces critères et/ou si la jaquette ou la sérigraphie ne coïncide pas avec celle que nous vous montrons ici, il s'agit d'une copie pirate.

COMMANDES :
Budo international. net



NOUVEAU LIVRE !



« Karaté : Images d'une histoire » est l'ouvrage qui possède la plus grande quantité de documents d'archives historiques de l'histoire du Karaté. Funakoshi, ses maîtres, les grands des générations suivantes, Nakayama, Yamagushi, tout cela dans des documents inédits ou peu connus, des photos qui font partie de l'histoire du Karaté. Un livre merveilleux.

Le terme « philosophe » est largement utilisé quand on parle du Karaté traditionnel et classique, mais pour mieux comprendre à quoi se réfère cette philosophie du Karaté sans se perdre en vaines élucubrations, il n'y a rien de mieux que de connaître les opinions et les pensées des grands maîtres à propos de la signification de l'objectif de cet art martial et de sa pratique.

Prix : € 33,00

**CINTURON
NEGRO**
**BUDO
INTERNATIONAL**



COMMANDES :
Budo international. net



e-mail: budoshop@budointernational.com

www.budointernational.net



Adrián Traba

Interview d'Adrian Traba

Nous avons cette fois interviewé Adrian Traba, un jeune instructeur de WingTsun, jeune et cependant très expérimenté. Ce magnifique pratiquant d'arts martiaux a tout l'avenir devant lui et il a déjà parmi ses réussites le fait d'avoir été le plus jeune instructeur à obtenir le premier grade technique (ceinture noire) de WingTsun en Espagne. Qui plus est, ceux qui vécurent cet examen le qualifièrent de remarquable. Extraordinaire !

Budo International : Bienvenue Adrian ! Quand avez-vous commencé à pratiquer les arts martiaux et avec qui ? Avez-vous pratiqué d'autres systèmes et si oui, avec qui ?

Adrian Traba : J'ai commencé quand j'avais 5 ans. Mes parents m'inscrivirent à une école locale de Karaté Shotokan. Avec le temps, j'ai commencé à me battre dans des tournois locaux et en Galice, aussi bien en kata qu'en kumite, et j'ai été plusieurs fois champion de Galice dans les deux catégories. En 2004, j'ai commencé à faire partie de la sélection galicienne de Karaté et j'ai commencé à participer aux championnats nationaux. J'ai pratiqué jusqu'à l'âge de 16 ans et j'ai obtenu la ceinture noire dans cette discipline. En plus du style Shotokan, j'ai également pratiqué le style Shotokai avec un maître japonais dont j'ai de très bons souvenirs. Un jour que je m'entraînais avec ce maître, je vis une démonstration de WingTsun par Sifu Victor Gutiérrez et j'ai été impressionné par la rapidité avec laquelle on pouvait frapper un adversaire et terminer un combat.

B.I. : Pourquoi êtes-vous passé au WingTsun ?

A.T. : Comme je l'ai dit avant, ce qui m'a le plus impressionné de cet art martial, c'est la rapidité avec laquelle on terminait un combat, peu importe la manière dont on vous attaquait, on frappait l'adversaire et il finissait irrémédiablement au sol. En plus ça fonctionnait contre tout. Ça nous a tellement plu à première vue et ça nous a tellement intéressé qu'à partir de ce moment-là, mon père et moi avons commencé à pratiquer ce système.

B.I. : Pourquoi n'avez-vous pas suivi la voie du Wing Revolution de votre maître ?

A.T. : Quand le Sifu Victor Gutiérrez décida de se séparer de l'EWTO et de suivre son propre chemin, j'avais le 2GT. Au début, j'ai continué de m'entraîner avec le Sifu Victor, mais bien que le travail qu'il fasse soit fantastique, il m'éloignait de ce que j'avais commencé à pratiquer.

Je voulais terminer d'apprendre le système que j'avais commencé à étudier et je ne pouvais pas m'arrêter au milieu. La EWTO envoya un nouveau délégué pour l'Espagne et nous avons recommencé. Peu de temps après, j'ai appris que le Sifu Salvador Sanchez enseignait et j'ai pris contact avec lui. Je me suis rendu à Murcie et il me parla de son projet. Sincèrement, je serais rester avec lui, avec ou sans projet, car je le connaissais déjà d'avant et sa manière d'enseigner et de transmettre m'a toujours plu. Et c'est là que nous sommes.

B.I. : Quels sont vos projets actuellement ? Quelle direction suivez-vous ?

A.T. : Le Sifu Salvador Sanchez me nomma instructeur et coordinateur pour la communauté de Galice de la TAOWS Academy et depuis, mes projets consistent à ouvrir des écoles dans cette région et à me charger de la diffusion de cet art martial. J'ai fait plusieurs démonstrations et j'ai dirigé des stages en plusieurs endroits de la communauté galicienne, pour le faire connaître. Beaucoup de gens se sont intéressés à cet art martial et ont fini pas s'inscrire à mes cours réguliers.

B.I. : Comment aimeriez-vous vous voir dans quelques années ?

A.T. : Sincèrement, je ne sais pas jusqu'où je peux aller. Je voudrais continuer de me former avec mon Sifu et apprendre un jour le système complet. J'aimerais également être l'un des meilleurs pratiquants de cet art martial ou en tout cas en faire partie. J'aimerais être un grand référent dans ce système, en Galice en tout cas.

B.I. : Pourquoi recommanderiez-vous ce système à d'autres ?

A.T. : Je recommanderais ce système à tout le monde parce que c'est un très bel art martial, fascinant, qui surprend à tout moment et que l'on peut pratiquer jusqu'à un âge très avancé, parce que l'indice de blessure est presque nul. Découvrir comment le souple vainc le dur sans effort apparent, le travail de la force élastique et l'évolution constante, favorise le développement intégral de l'individu. C'est en outre un fantastique système de self-défense.

B.I. : Pourquoi à la TOAWS Academy ?

A.T. : La TAOWS Academy est synonyme de sérieux, respect et travail soigneux, comme le montre très clairement son fondateur, le Sifu Salvador Sanchez. Dans tous les stages, on apprend toujours quelque chose de nouveau, on ne cache rien, peut-être est-ce là l'aspect le plus attirant de cette école.

B.I. : Où enseignez-vous actuellement ?

A.T. : Je donne cours actuellement à Carballe (La Coruña), à La Coruña, à Naron (Ferrol) et à Lugo. Tous ceux qui sont intéressés sont bienvenus et sont invités à s'y essayer, je peux leur assurer qu'ils seront surpris.

B.I. : Il me semble également que vous dirigez des cours de formation d'instructeurs en Galice. Pouvez-vous nous en parler ?

A.T. : En réalité, pour moi tout est WingTsun et Escrima.

Je ne fais pas une

grande différence entre un cours de WingTsun ou d'Escrima avec mon groupe le plus petit ou au cours du stage le plus important. Je donne toujours tout ce que je peux. À ma manière, je me dévoue à mes élèves (qui sont devenus pour la plupart des amis depuis longtemps) et j'essaye toujours de donner tout ce que j'ai. Je dirige un groupe de formation d'instructeurs en Galice dont je suis particulièrement fier et très content. Il y a quelques jours, j'ai octroyé ma première ceinture noire et d'autres la recevront bientôt. Je dirige en outre des groupes de formation pour les corps de police et militaire. Mais comme je l'ai dit, pour moi, tout est WingTsun et Escrima et j'adore ça !!! Je jouis chaque jour de mon travail.

B.I. : Voulez-vous ajouter quelque chose pour les lecteurs de Budo International ?

A.T. : En premier lieu, remercier ce magazine pour cette occasion, pour me permettre à moi, jeune instructeur d'exprimer mes sentiments sur la pratique de l'art martial à laquelle j'ai consacré tout ma vie (bien que je sois encore très jeune...). Je suis content et satisfait de l'évolution du travail que nous avons réalisé pendant des années à la TAOWS Academy. Je voudrais en outre remercier tous mes élèves et mes instructeurs pour être toujours à mes côtés. J'aimerais inviter d'ici tous les passionnés de WingTsun à connaître ce merveilleux art martial et cette organisation que je représente.

Merci beaucoup à tous.

Adrián Traba

Wing Tsun



TAOWS
- ACADEMY -

Adrian Traba
3^o grade technique de WingTsun
Entraîneur national II SDP WingTsun par la FeLucha
Vous pouvez suivre ses activités sur Facebook :
TAOWSAcademy Galicia, ou prendre contact avec lui au
téléphone 617 602 543



VÊTEMENT

F.E.K.



Ref. 20191

Protège-jambes coup de pieds démontable. FEK Approved

Ref. 20192
Protection Avant bras PU. Fermeture Velcro.

Blanc

FEK Approved



Ref. 12320

T-shirt D.C.A. Noir

D.C.A. & SELF DEFENSE

Ref. 12321

T-Shirt Self-Defense. Noir

Ref. 12312

Pantalon Self defense.
Coton. Noir



Ref. 12310

Pantalon D.C.A.
Coton. Noir



Ref. 20194

Mitaines de karaté kumite. Protection "pouce".

FEK Approved



Ref. 20290
Plastron Karaté.

FEK Approved



Ref. 12300

Uniforme Karaté. Coton 10 oz. Autodéfense. Blanc-Noire

Ref. 10141

Kempo. Competition. 10 oz.

Ref. 10549

Ceinture Auto-défense.
Noir/Blanc. Coton.
260-280-300-320 cm



VALE-TUDO

Ref. 21512

Gant MMA-Vale Tudo. Cuir



KICK BOXING

THAI BOXING

Ref. 11414



Ref. 11410



Ref. 11412



Ref. 11413



Ref. 11444



Ref. 11411



Ref. 11447



Ref. 11820
Short Vale Tudo

R.11933

Bermuda MMA.
Blanc/Noir



Ref. 11320

Pantalon satin avec étoiles.
Adulte



Ref. 10673

Short Sanda. Noir



SANDA

Ref. 11339

Pantalon Kick Boxing. Satin.
Noir/jaune."Fuji/Stars Stripes"



Ref. 10674
Short Sanda. Rouge

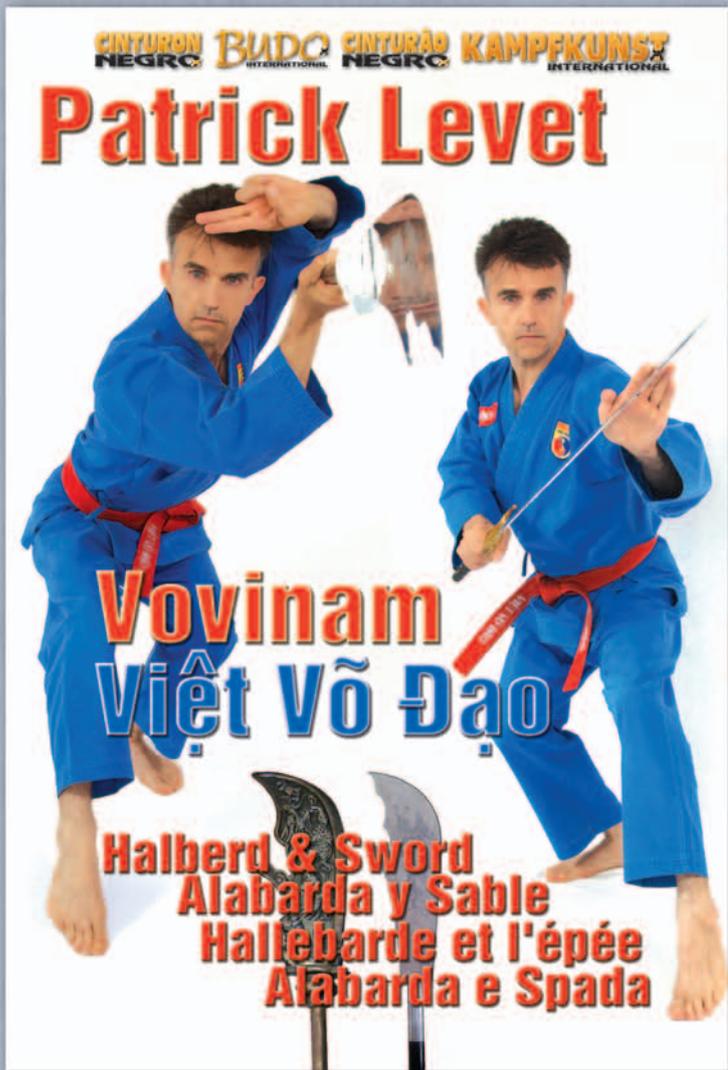


Ref. 10672
Short Sanda. Bleu



Vovinam Việt Võ Đạo

Hallebarde et Épée Patrick Levet



REF.: • VIET5

DVD: 25,00 €



English
Español
Français

Dans la culture martiale du Vietnam, deux armes sont particulièrement importantes : la hallebarde et le sabre.

L'étude du maniement de ces deux armes est indispensable à tout pratiquant d'arts martiaux vietnamiens car ils représentent les deux principaux moyens de lutte sur les champs de bataille.

Si nous comparons sabre et hallebarde, le sabre est limité aux coupes, aux piques, et aux blocages. Dans certains cas, on peut aussi utiliser le manche pour frapper et la garde recourbée du sabre vietnamien pour crocheter les lames, mais ce sont des usages de dernier recours. La hallebarde, elle, est véritablement conçue pour être une arme à usage multiple : Coupes, piques à courte et longue distance, blocages avec le dos de la lame, le milieu et l'extrémité du bâton, crochétages de l'arme de l'adversaire, balayages et usage comme masse. Dans ce DVD réalisé par le Maître Patrick Levet, nous étudierons les techniques de base de sabre : attaques, esquives, Blocages et parades, les 15 techniques fondamentales du sabre, le Quyen de sabre "Tinh Hoa Luong Nghi Kiem Phap", basé sur l'essence du principe des deux polarités opposées, et le Quyen "La Hallebarde de la lune et du soleil", suivi par la Forme actuelle de compétition.

Tous les DVDs produits par Budo International sont scellés au moyen d'une étiquette holographique distinctive et sont réalisés sur support DVD-5, format MPEG-2 (jamais VCD, DICX ou similaires). De même, l'impression des jaquettes ainsi que les sérigraphies suivent les plus strictes exigences de qualité. Si ce DVD ne remplit pas ces critères et/ou si la jaquette ou la sérigraphie ne coïncide pas avec celle que nous vous montrons ici, il s'agit d'une copie pirate.

COMMANDES :

Budo international. net



Steve Tappin

Interview d'un grand maître

En février dernier, le grand maître Steve Tappin s'est rendu en Espagne pour diriger un stage organisé par la TAOWS Academy et le Sifu Salvador Sanchez.

Fin de l'année dernière, le grand maître Steve et le Sifu Salvador Sanchez eurent l'occasion de se rencontrer pour la première fois et une grande amitié surgit. Cette alliance se renforce aujourd'hui avec la célébration de ce stage de formation de moniteurs qui n'est rien d'autre qu'un premier pas pour la création d'un groupe de travail d'Escrima Concepts, nom de l'association du G.M. Steve Tappin. Après le stage spécial organisé dans la ville de Murcie, le Sifu Salvador Sanchez, accompagné de David Gonzalo Smyth, rencontra le grand maître. Nous vous présentons ici le résultat de cette entrevue qui devrait beaucoup intéresser les passionnés d'arts martiaux.

B.I. : En premier lieu, j'ai une curiosité. Quand est né l'Escrima Concepts et comment a-t-il évolué jusqu'à aujourd'hui ?

G.M. Steve : Je crois d'abord qu'il faut faire très attention avec cette affirmation. En réalité, l'Escrima Concepts (EC) naquit il y a 500 ans... Nous aurons beau remonter en arrière à travers les siècles, tous les systèmes d'armes auront des choses similaires. Ainsi, si on étudie les anciens manuscrits occidentaux sur l'épée, on y trouve déjà des idées et des concepts tels que les huit figures ou les murs. Et bien sûr, il y a les arts et les systèmes philippins. L'erreur réside dans le fait qu'aujourd'hui, tout le monde associe tout ceci aux arts philippins seulement. Je crois que nous faisons plus de choses avec ces idées. Nous essayons d'aller au-delà. Depuis la fondation de mon association, c'est ce que nous essayons de faire : étudier ces concepts qui sont présents dans le combat armé depuis la nuit des temps. Je pratique également avec les épées et, dans l'usage de ces épées, ces concepts sont également présents. En définitive, les techniques changent, mais les concepts restent présents. Quand, à cause de divers conflits et problèmes internes, j'ai abandonné l'organisation à laquelle j'ai appartenu pendant de nombreuses années, j'ai pensé les appeler « concepts d'armes », mais je me suis alors rendu compte que ce serait un manque de respect par rapport à l'histoire de l'Escrima et bien que je pense que nous sommes très différents des autres systèmes d'Escrima, je me suis décidé pour le terme de « Escrima Concepts ». Je me suis rendu compte qu'il pouvait y avoir

des comparaisons étant donné le nom ou le terme, mais ensuite j'ai pensé que ce serait leur problème et pas le nôtre. Et avec ça, je ne veux pas dire qu'il n'y a pas de bons systèmes d'Escrima, il y en a, indiscutablement, mais il était important pour moi de conserver le terme de « concepts ». Tout était donc clair et c'est ainsi qu'est né l'Escrima Concepts. Nous croyons que les concepts doivent nous rendre libre, mais il est important de comprendre que pour être libre, il faut se libérer de quelque chose. Nous avons alors conçu un programme qui donne à tous l'occasion de grandir et de se développer. Il est évident que tous les pratiquants doivent apprendre à bloquer, à frapper, etc., mais derrière ces choses, il doit y avoir un plan d'études, avec son développement pour acquérir les attributs. Au sein de notre plan d'études, il y a une structure logique et nous introduisons des éléments tels que « les facteurs inconnus » (parce que nous ne savons pas ce qui va se produire dans un combat réel) et petit à petit, nous construisons les concepts sur lesquels se développe l'Escrima Concepts.

B.I. : Au cours de ces 40 dernières années, vous avez été associé à l'étude de ces systèmes et j'aimerais vous demander quel fut votre évolution dans l'Escrima et dans votre pratique d'autres systèmes d'armes. Comment avez-vous évolué ? Avec qui avez-vous étudié ? Et finalement, comment percevez-vous l'évolution et le développement de tout le système ?

G.M. Steve (très ferme dans sa réponse) : J'ai été entouré de bonnes personnes, peu importe qui il s'agissait, personne ne peut créer quelque chose tout seul. Si on dirige un club, même celui qui nettoie et ordonne le local est important. C'est un travail d'équipe. Les élèves sont importants, les professeurs, les personnes qui nous aident et nous facilitent les choses. Tout le monde est important. Mais sans aucun doute, les plus importants sont les élèves. Nous ne sommes bons que si nos élèves sont bons. L'évolution se produit par l'union de nombreux éléments et compte-tenu surtout des élèves et des instructeurs. Je vais vous raconter une petite histoire. Depuis un certain temps, mon fils reçoit de nombreux clips de vidéos d'il y a quelques années, quand nous avons commencé à enseigner et à montrer l'Escrima en Europe. Nous avions dans l'idée de créer un canal de YouTube « Escrima Concepts ». Nous voulions pour cela réunir un maximum d'images pour que tous nos instructeurs, élèves et fans trouvent un endroit intéressant où aller. Un jour, il me montra une vidéo d'il y a 25 ans et,

mon Dieu, c'était la chose la plus horrible que j'avais jamais vue de ma vie ! J'ai alors pensé : C'est ce que nous enseignons ! Cela me fit rapidement changer d'opinion.

B.I. : Nous nous sommes demandé pourquoi ...

G.M. Steve : Ça peut être pour plusieurs raisons... Les gens, les compétences, les capacités des élèves... Il est évident que les choses changèrent avec le temps. Aujourd'hui, je vois les choses très différemment. J'essaye maintenant de donner à l'élève les outils et la manière de les utiliser et de les laisser évoluer par eux-mêmes et développer notre système Escrima. Mon rêve, c'est d'un jour pouvoir m'asseoir et voir que mon fils et mes élèves sont capables de faire mieux. Mais ce n'est pas encore le cas. Avec tout cela, je veux dire que le développement est constant. Il y a toujours une évolution et il y aura toujours des changements. Mais j'essaye d'enseigner à tout le monde de manière similaire. Cela pour deux raisons : la première, parce que je deviendrais fou en essayant de faire quelque chose de passionnant tous les mois. La seconde, parce que si j'essaye de construire une « manière de penser », il me faut suivre un programme d'étude. Tout le monde doit obtenir les mêmes résultats, du moins jusqu'à un certain point... j'ai donc besoin de bons élèves, de bons instructeurs que je puisse envoyer à l'étranger à ma place pour l'y construire. Je dois reconnaître que l'association d'où je proviens n'était pas comme ça et c'est l'un des changements dont je suis le plus fier. C'est une très bonne chose. Quand je visite de nombreux pays, montrant nos programmes et nos plans d'étude, je commence en janvier et je me rends dans de nombreux pays parlant différentes langues. Au début, les choses se font d'une manière, mais à la fin de l'année, de nombreux pays et de nombreuses langues plus tard, je peux dix fois mieux les faire, dix fois plus rapidement et atteindre plus de gens. Nous nous rendons compte alors de combien un système peut évoluer en dix mois seulement. Quand les gens autour de nous sont bons, on va plus vite. L'un des secrets de notre système, c'est d'essayer de ne commettre aucune erreur au cours de l'apprentissage, de ne pas omettre les petits détails pour n'avoir pas à les corriger plus tard. J'insiste de nouveau sur la nécessité de m'entourer d'une bonne équipe d'instructeurs pour cela et je crois avoir très bien choisi.

Grand Maître



« Nous croyons que les concepts doivent nous rendre libre, mais il est important de comprendre que pour être libre, il faut se libérer de quelque chose. »

« J'essaye maintenant de donner à l'élève les outils et la manière de les utiliser et de les laisser évoluer par eux-mêmes et développer notre système Escrima. »

Escrima concepts



Steve Tappin

B.I. : (Le Sifu Salvador affirme avoir été très surpris lorsqu'il découvrit le programme d'études qui est parfaitement conçu et dirigé et il pose la question suivante) Quels sont vos projets pour l'Escrime Concepts et comment croyez-vous qu'il va évoluer en Europe ?

G.M. Steve : En premier lieu, beaucoup de personnes ont commis l'erreur de croire que c'est leur système. J'ai eu des gens qui m'on dit : « C'est mon système, c'est ce que je fais » et pour moi, c'est une grande erreur. Ce n'est pas notre système. Et oui, peut-être que je le guide pendant un certain temps, mais s'il s'agit d'avoir un système qui me survivra quand je ne serai plus là, alors ce n'est pas mon système, c'est notre système. Par exemple, l'année passée, l'un de mes gars à Munich a mis en doute certaines choses dans l'un des programmes d'élèves, dérivé peut-être d'un problème de traduction de l'anglais vers l'allemand. Mais cela engendra une confusion et je me suis rendu compte

qu'il avait raison. J'ai dû réécrire le programme à cause de cela. Et cela se produisit parce que l'instructeur se sentit suffisamment en confiance pour me dire : « Je ne comprends pas, pour moi ça ne fonctionne pas. » Suite à cela, j'ai dû y réfléchir, ce qui m'a permis de mieux faire. C'est bien, parce que les gens demandent et je crois que l'on doit être prêt au changement, pour autant que le changement soit pour quelque chose de bon, évidemment !

B.I. : Finalement, nous aimerions vous interroger à propos de l'Escrime Concepts en Espagne. Quels sont vos impressions à propos de ce que vous découvrez ici, comment croyez-vous que votre association évoluera en Espagne et comment aimeriez-vous qu'elle le fasse ?

G.M. Steve : C'est la deuxième fois que je me retrouve ici et c'est déjà fort. Et j'affirme cela parce que les gens sont prêts à changer. Si les gens que je dirige sont prêts aux changements, nous pourrons mieux faire les choses dans le

monde, mais s'ils ne veulent pas changer et s'ils ne vous plaisent pas, nous perdons le temps. Je dois reconnaître que je suis très méticuleux avec ça. Ces six dernières années, j'ai décliné des invitations à aller en France, au Mexique et dans certains autres pays d'Amérique du Sud, en Australie, en Afrique du Sud, à deux ou trois endroits des États-Unis... Et j'ai refusé par honnêteté. Je ne peux pas les appuyer, je devrais vivre là-bas pour les aider. Je gagnerais sûrement plus d'argent avec mon travail, mais ce ne serait pas honnête. Je ne peux pas les voir toutes les semaines. En revanche, il n'y a aucun endroit en Europe qui soit à plus de deux ou trois heures d'avion et eux, oui, je peux les appuyer. Cela dit, en cela aussi notre association est différente. Notre ambiance de travail est détendue et joyeuse, si quelqu'un ne cadre pas avec notre philosophie, nous ne le laissons pas en faire partie. Je vais vous raconter une anecdote à ce sujet. Il y a un an à peu près, un instructeur d'un pays d'Europe m'appela, il voulait s'unir à notre association offrant son école de plus de 500 élèves. Mais pour moi, ce sont 500 problèmes, je ne peux enseigner à 500 élèves. En revanche, si on me donne 20 personnes et qu'on me laisse travailler avec elles, ces 20 personnes pourront enseigner aux 500 élèves. C'est ainsi que, pour la première fois, en Espagne, en dehors de mon propre groupe, j'ai accepté de travailler avec des gens nouveaux. Et cela pour la manière dont le Sifu Salvador Sanchez s'adressa à moi et accepta ma proposition. L'expérience de mes visites en Espagne, depuis des années, sont pleines de bons souvenirs. Tout a très bien été. Les gens avec qui j'ai travaillé en Espagne me traitèrent très bien et je leur souhaite toute la chance possible dans ce qu'ils font. Ce fut donc pour moi une décision très facile. Quand je suis venu en Espagne pour la première fois, j'ai vu que Salvador Sanchez travaillait de la même manière que moi. Exactement la même ! Je connais ses problèmes, je connais ses succès. Je sais parfaitement ce que les autres pensent de ce qui se produit et ce qui réellement se produit, parce que je suis passé par ce processus. Trouver un accord avec lui fut donc facile, très facile. Sans contrat, avec une poignée de main et ça y est. Et ça fonctionne à la perfection. Lui et ses gens travaillent dur...

B.I. : Merci beaucoup, c'est un plaisir de vous avoir ici de nouveau. Beaucoup de nos lecteurs en Europe seront sûrement bien contents de ce changement.

G.M. Steve : Il est bon d'être de retour !





Grand Maître

« Il est évident que tous les pratiquants doivent apprendre à bloquer, à frapper, etc., mais derrière ces choses, il doit y avoir un plan d'études, avec son développement pour acquérir les attributs. »



Escrima concepts



Sensei José Domingos

Budo International : Quand comment et pourquoi avez-vous commencé les arts martiaux ?

Sensei José Domingos : J'ai commencé les arts martiaux depuis très jeune. Je suis né dans un vieux quartier de Lisbonne, où il y avait beaucoup de violence et j'ai décidé d'apprendre un système de combat pour pouvoir me défendre. J'ai commencé par apprendre le Karaté Shotokan, la Boxe, la Lutte gréco-romaine et la Lutte libre olympique, et finalement j'ai découvert le Kenpo.

Actuellement, c'est ce que je pratique et c'est l'art martial auquel je m'identifie. Au cours des entraînements avec mes élèves, j'essaye d'insérer des techniques de Lutte gréco-romaine et de Lutte libre olympique et je fais un mélange pour qu'ils soient mieux préparés pour des combats de style MMA.

B.I. : Quel est votre relation avec le Kyoshi Raul Gutiérrez, avec le Fu-Shih Kenpo et avec la F.Y.A.M. ?

S.J.D. : Ma relation personnelle avec le Kyoshi Raul Gutiérrez date d'un an, même si, du fait de mes études, je connaissais déjà son parcours martial et je savais qu'il était le fondateur de l'art que j'ai appris au Portugal, sous un autre nom d'ailleurs. J'ai toujours acheté tous les livres du maître, ainsi que ses DVD pour pouvoir apprendre toute sa philosophie.

Il y avait une connexion entre moi et le Kyoshi dans la mesure où je n'ai cessé d'approfondir cet art martial de manière à pouvoir le faire connaître au Portugal grâce à un projet solide et crédible, faire connaître le véritable esprit du Fu Shih Kenpo. C'est là mon

engagement personnel vis-à-vis du Kyoshi et j'espère pouvoir m'y atteler de la meilleure manière possible.

Cette année, j'ai invité le Kyoshi au Portugal et nous avons organisé un stage international qui fut une véritable réussite. Nous avons reçu des critiques très constructives et nous sommes en train de chercher une date pour sa prochaine visite au Portugal, pour poursuivre ce projet avec des racines de plus en plus solides.

B.I. : Quel est votre parcours martial ?

S.D.J. : J'ai une solide formation en matière sportive pour pouvoir, selon la loi portugaise, être reconnu comme il se doit pour donner cours de ce style au Portugal. Je suis 1^e dan Kosho Ryu Kenpo avec un diplôme du Soke Thomas Barro Mitose, 3^e dan de Fu Shih Kenpo remis par le Kyoshi Raul Gutiérrez en personne et entraîneur de Luttés amateurs.

B.I. : Quels sont vos projets en ce moment ?

S.D.J. : En ce moment, je mets tout mon enthousiasme dans le développement du Fu Shih Kenpo au Portugal, sous la supervision de mon

maître le Kyoshi Raul Gutiérrez, avec des actions telles que des stages, des ateliers de travail et en étant présent dans les différents championnats qui sollicitent notre présence. C'est un travail solide, pour lequel nous avons déjà obtenu des résultats au niveau national et international, avec des premières places au niveau national et plusieurs podiums au niveau international, le dernier à Ségovie (Espagne) aux championnats du Monde.

Je suis très fier de pouvoir faire connaître ce bel art martial et de promouvoir ainsi le bon nom de mon maître, le Kyoshi Raul Gutiérrez. J'espère que ce sentiment est réciproque.

B.I. : Désirez-vous ajouter quelque chose ?

S.J.D. : J'aimerais que tous les pratiquants d'arts martiaux se consacrent à leur art martial pour pouvoir le développer et aider à l'évolution de ceux-ci. J'aimerais également qu'on respecte les autres arts martiaux, de sorte que prévale toujours la vérité dans un seul sens : la promotion du véritable esprit martial et la décodification du Budo. Et qu'il y ait de l'amour entre tous les êtres !



Karate Kumite GM George Bierman



Appuyé par une carrière internationale impressionnante - plus de 200 trophées, dont 41 en tant que champion toute catégorie - George Bierman partage dans ce travail son expérience de plus de 20 ans de compétiteur en kumite. Il nous propose une série de techniques élémentaires, d'idées et de conseils que

nous devons tous connaître, que nous soyons débutants ou élèves avancés, pour améliorer nos résultats dans le combat : le travail des espaces, la direction du mouvement,

les changements de direction, l'amélioration de l'équilibre, les distances, le timing, les postures, les gardes, les techniques de poing et de pied, les combinaisons, l'anticipation. Un DVD plein de trucs et d'idées éclairantes, résultat d'une expérience réelle et de



Bierman

beaucoup de travail, où non seulement les karatékas, mais également les combattants sportifs de n'importe quel style trouveront des flots d'inspiration et de vérité.

REF.: • BIERMAN3

DVD: € 25,00



Tous les DVDs produits par Budo International sont scellés au moyen d'une étiquette holographique distinctive et sont réalisés sur support DVD-5, format MPEG-2 (jamais VCD, DICX ou similaires). De même, l'impression des jaquettes ainsi que les sérigraphies suivent les plus strictes exigences de qualité. Si ce DVD ne remplit pas ces critères et/ou si la jaquette ou la sérigraphie ne coïncide pas avec celle que nous vous montrons ici, il s'agit d'une copie pirate.



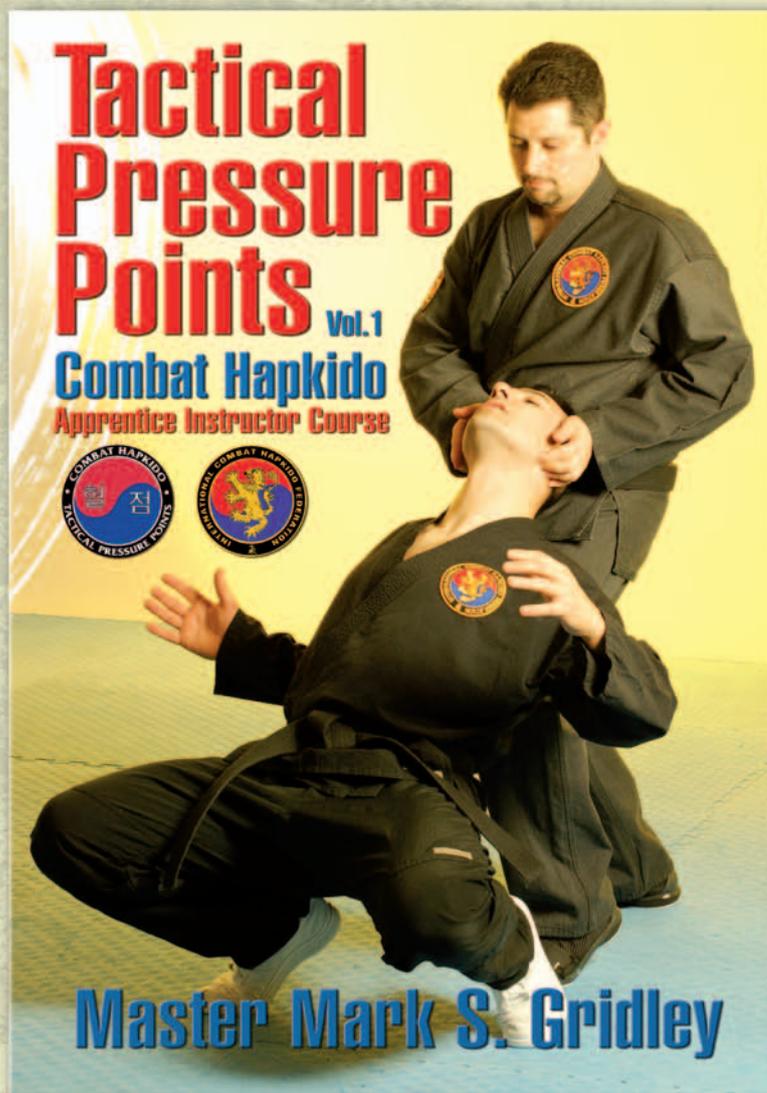
English
Italiano
Español
Français

COMMANDES :
Budo international. net

Puntos de Presión Tácticos

Combat Hapkido Vol.1

Curso de Instructor Aprendiz



Dans cette nouvelle série de DVD d'instruction, le maître Mark Grindley présente et explique en détail l'usage des points de pression dans la self-défense. Le programme des points de pression tactique du combat Hapkido est le résultat de nombreuses années d'étude et de recherche, sous l'orientation et avec l'aide de l'un des principaux experts mondiaux en la matière. Il se base sur des principes pratiques et modernes de self-défense, sans la complexité excessive ni la mystique d'autres systèmes de points de pression. Le cours de points de pression tactique du combat Hapkido est largement utilisé par les agences de police du monde entier et peut être intégré à n'importe quel programme d'arts martiaux. La série comporte quatre volumes qui couvrent tout le programme d'instructeurs : cours d'apprenti instructeur, cours d'instructeur associé, cours d'instructeur et cours d'instructeur senior.

Puntos Tácticos
kido Vol.1
tor Aprendiz
KAMPFUNST
INTERNATIONAL

S. Gridley

REF.: • CHTPP1

DVD: € 25,00



English
Italiano
Español
Français

COMMANDES :
Budo international. net



Tous les DVDs produits par Budo International sont scellés au moyen d'une étiquette holographique distinctive et sont réalisés sur support DVD-5, format MPEG-2 (jamais VCD, DICX ou similaires). De même, l'impression des jaquettes ainsi que les sérigraphies suivent les plus strictes exigences de qualité. Si ce DVD ne remplit pas ces critères et/ou si la jaquette ou la sérigraphie ne coïncide pas avec celle que nous vous montrons ici, il s'agit d'une copie pirate.

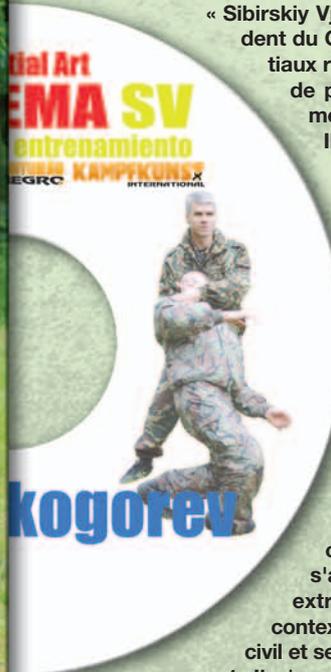
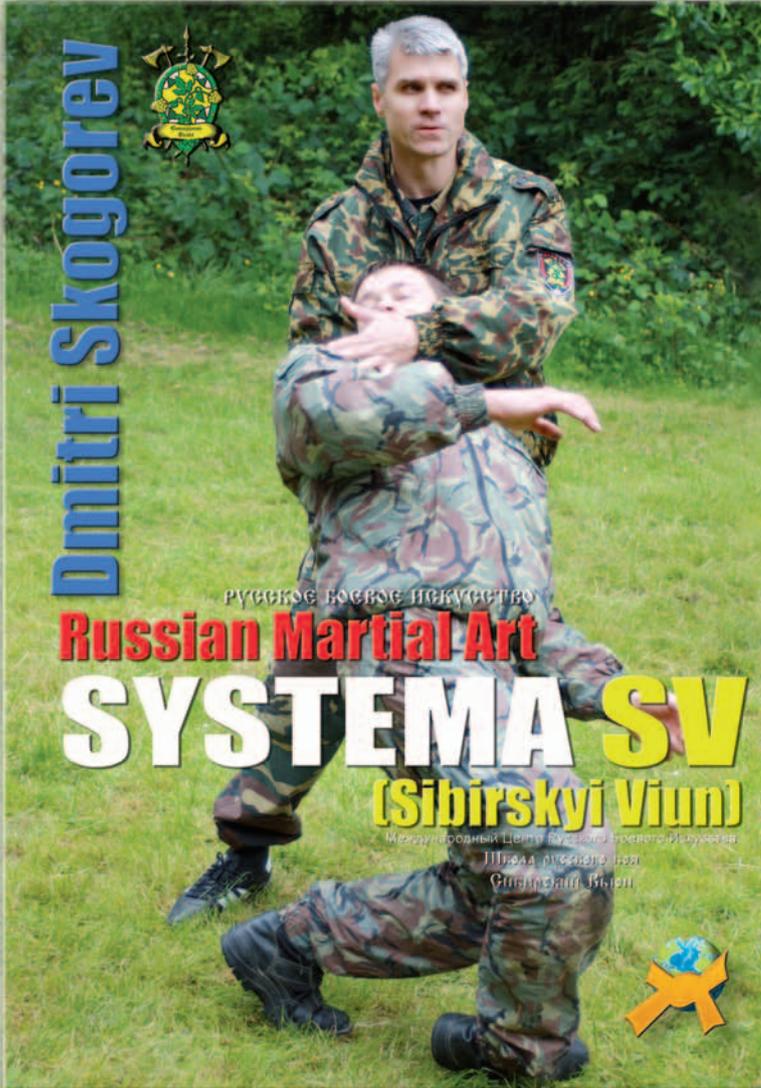
РУССКОЕ БОЕВОЕ ИСКУССТВО

Russian Martial Art

SYSTEMA SV

Programa de entrenamiento

Dmitri Skogorev



Dmitriy Skogorev est l'un des principaux spécialistes internationaux de l'enseignement des arts martiaux russes, il est directeur de l'école russe d'arts martiaux « Sibirskiy Vjun » (Systema « SV ») et président du Centre international d'arts martiaux russes. Il est également l'auteur de plusieurs livres et de programmes de combat au corps à corps.

Il est membre d'honneur de l'organisation des vétérans des forces d'assaut aériennes et des forces d'opérations spéciales "Gvardia". Depuis 1988, Skogorev a systématiquement analysé structurellement le système russe d'arts martiaux, il a en outre étudié la psychologie appliquée et la bioénergétique, ce qui s'est répercuté sur le développement théorique et pratique des programmes de « Sibirskiy Vjun ». Le système russe de combat au corps à corps s'applique dans des situations extrêmes, aussi bien dans le contexte professionnel que dans le civil et ses points-clés sont les suivants :

1. Il n'y a pas de méthodes spécifiques contre des actions spécifiques (seulement des actions élémentaires basées sur les lois naturelles)
2. Il n'y a pas de travail de « la force contre la force » (mais la capacité de ressentir la force et de la gérer)
3. Le travail se fait en fonction de la situation (la situation est en constante évolution dans le temps et dans l'espace).

REF.: • SKOGOREV1



DVD: €25,00



English
Italiano
Español
Français

COMMANDES :
Budo international. net

Tous les DVDs produits par Budo International sont scellés au moyen d'une étiquette holographique distinctive et sont réalisés sur support DVD-5, format MPEG-2 (jamais VCD, DICX ou similaires). De même, l'impression des jaquettes ainsi que les sérigraphies suivent les plus strictes exigences de qualité. Si ce DVD ne remplit pas ces critères et/ou si la jaquette ou la sérigraphie ne coïncide pas avec celle que nous vous montrons ici, il s'agit d'une copie pirate.