

Kendo

La voie du sabre

Si la discipline est ancrée dans la commune depuis 1995 grâce au professeur passionné Gérard Perousse, qu'elle est affiliée au Comité national de Kendo et fédère un nombre croissant d'adeptes, encore faut-il, peut-être, éclairer certaines lanternes sur ses caractéristiques : « Le kendo est l'art martial japonais par excellence, explique Georges Roux, chargé de communication au sein de la section locale. Il s'agit en quelque sorte de l'escrime des samouraïs, sauf que pour ne pas se blesser, on a remplacé le sabre à la lame tranchante par des bokkens (sabre en bois) et des shinai (sabres en bambou). » Le kendo se pratique ainsi pieds nus sur parquet, revêtu d'une veste (keikogi), d'un large pantalon (hakama) et d'une armure réunissant un masque (men), deux gants rembourrés (kote), un plastron (le do) et une protection du ventre et des hanches (tare). « L'objectif consiste à réunir en une seule action trois éléments : le ken qui est la force du sabre, le tai qui constitue l'engagement de tout le corps et le ki qui symbolise l'énergie. » Véritable sport national dans son pays, le kendo reste méconnu dans l'Hexagone avec seulement quelque 8 000

licenciés. Pourtant, sa pratique présente de nombreux intérêts : « Il est accessible quasiment à tous âges. A Saint-Nazaire, nous avons même ouvert l'activité aux jeunes dès 10 ans, ensuite il n'y a pas de limites. Par ailleurs, il permet de travailler le corps comme l'esprit en sollicitant maîtrise, souplesse, concentration, équilibre, agilité et respect. » Des qualités qui seront à l'honneur ce week-end avec deux

journées anniversaire réunissant tous les clubs de Bretagne et Pays de Loire, à savoir entre 60 et 80 licenciés de tous niveaux : « Ce stage sera encadré par un expert en la matière, Silvain Moutarde, 7^e Dan, accompagné de son épouse Kayoko, de sa fille Kiyoko et de son fils Ouzo. Ils seront secondés par l'ensemble des responsables de clubs invités. » Un temps fort à se programmer pour la beauté du sport, autant comme kenshi débutant ou confirmé qu'à titre de spectateur !

Nathalie Ricordeau

A l'occasion de ses 20 ans, la section kendo du judo club nazairien sort toute sa panoplie de samouraï, vendredi 8 et samedi 9 mai. Rendez-vous pour deux jours de stage et de spectacle sportifs organisés à La Soucoupe.



Stage anniversaire des 20 ans de la section Kendo : les 8 et 9 mai, de 10h à 12h30 et de 14h30 à 17h, à La Soucoupe. Accès libre. Participation au stage réservée aux licenciés : 15 €. Rens. 06 10 05 72 97 ou <http://www.jcnkendo.net/>