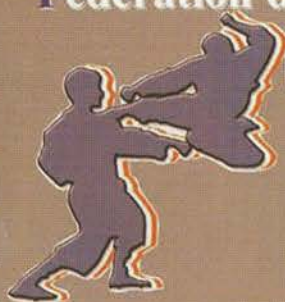


Fédération de Karaté Traditionnel et Arts Martiaux Assimilés en France



ITKF

International Traditional
Karate Federation

TODOME

伝統空手道

FKTAMAF

HOMMAGE A SENSEI KASE

KARATE EN INDE

**11ème SEMINAIRE INTERNATIONAL
DE SHIHAN NISHIYAMA EN FRANCE**

**LA NOTION DE
TIMING**

**STAGE INTERNATIONAL
TOUS STYLES**

**RENCONTRES
ISRAEL ET CANADA**

**RESULTATS DES COMPETITIONS
REGIONALES ET NATIONALES**

**INTERVIEW
SHIHAN NISHIYAMA**

SENSEI BOUGUETTAYA



TODOME N° 9

Magazine trimestriel- 3,50€

**TROPHÉE INTERNATIONAL DE
KARATE TRADITIONNEL 3 PARIS**

INFOS SUR LES STAGES



Le 42ème STAGE

**INTERNATIONAL
ANNUEL de L'ITKF**

**aura lieu du 15 au 22
JUILLET 2005 au USA
à SAN DIEGO -
CALIFORNIE**



SEMINAIRE ITKF SAN DIEGO USA



STAGE D'ETE A SOUILLAC



Voir détail, page 5 dans ce numéro.

**LE STAGE D'ETE de FORMATION des PROFESSEURS et
des ARBITRES QUI A LIEU du DIMANCHE 31 JUILLET 2005
au DIMANCHE 7 AOUT 2005.**

**A CHANGE DE LIEU ATTENTION !!!
ATTENTION !!!**

**Le stage d'été aura lieu à SOUILLAC dans
le LOT (avec piscine....)**

LETTRE DE LA PRESIDENTE



Chers membres de la FKTAMAF,
chers lecteurs et chères lectrices.

Je suis très heureuse de vous présenter notre magazine fédéral "TODOME 9".

Je suis particulièrement fière de ce numéro car il est très riche en événements sportifs.

Vous y trouverez des interviews divers, les résultats des différentes compétitions nationales et régionales, le compte rendu du séminaire de Sensei Nishiyama, des articles techniques, le stage international tous styles, le stage d'été à Souillac et bien d'autres articles très intéressants.

TODOME 10 sera plus orienté sur des articles techniques, et il sortira en Juillet 2005.

Je remercie toutes les personnes qui se sont abonnées au magazine "TODOME".

Actuellement, notre équipe nationale se prépare pour le prochain championnat d'Europe qui se déroulera à Malte, les 4 et 5 Juin 2005.

Je suis très contente car la fédération se développe de jour en jour, beaucoup de clubs viennent nous rejoindre.

Encore merci à tous et à toutes pour votre soutien.

Je vous souhaite une bonne lecture. N'hésitez pas à nous envoyer des articles sur votre région et sur votre dojo.

Bien Sportivement



Sandrine EL MARHOMY
Présidente de la FKTAMAF



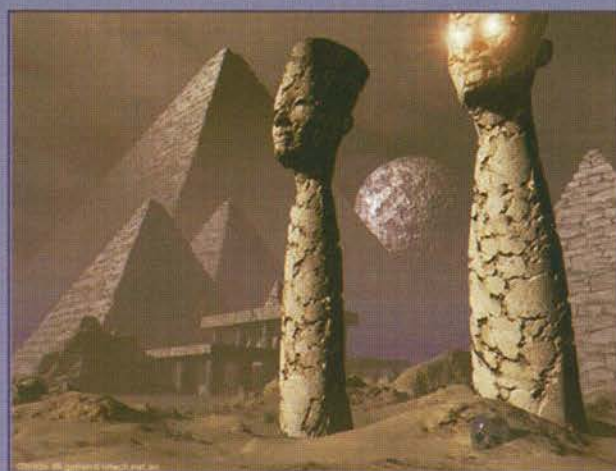
TODOME - Rédaction : FKTAMAF - 50 rue des Rigoles - 75020 Paris - tél. 01 47 97 20 20 - fax 01 47 97 25 54
Rédacteur en Chef : Patrick Bobenrieth / Directrice: Sandrine EL MARHOMY / Maquette: Sandrine EL Marhomy
Conseiller de la rédaction : Ibrahim EL Marhomy / Photographe : Ibrahim EL Marhomy / Illustration : Zouhair Lamoum / Membres de la rédaction : Dr Salah Benelhadj - Pierre François - Dr Marc Lambert
Imprimerie : PONS : Jean Louis Pons- 06800 Cagnes sur Mer- Tél. 04 92 12 60 20
TODOME n° 9 : Avril /Mai et juin 2005 Prochain numéro : Juillet 2005.
Les textes et les photos sont de la propriété de la FKTAMAF. Toute reproduction est interdite. Magazine TODOME distribué à tous les clubs affiliés à la FKTAMAF au prix de 3.50 €.
Site: www.fktamaf.com e-mail: fktamaf@wanadoo.fr

SOMMAIRE TODOME

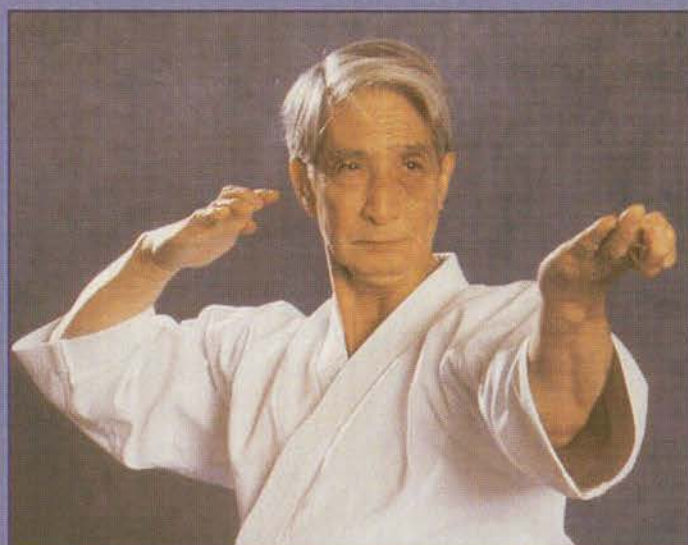
14ème stage international de formation	page 5	Entretien avec Nishiyama Shihan	pages. 22 et 23
Egypte et Karaté Traditionnel	page 6	Récompenses	page 24
Hommage à Sensei Kase	page 7	Entretien avec Nir Eyal	pages 26 et 27
Sensei Bouguettaya	pages 8 et 9	11ème Stage International de Karaté Traditionnel	pages 28 et 29
Résultats Coupe Nationale enfants	pages 10 et 11	Karaté en Inde	pages 30 et 31
La notion de 'Timing'	pages 12 et 13	Régions et Calendrier	pages 32 et 33
Résultats Coupe Nationale adultes	pages 14 et 15	Bonnes adresses et clin d'oeil international	page 34
Un Canadien à Paris	pages 16 et 17		
Trophée International	pages 18 à 20		
Stage International tous styles	page 21		

POSTER

Sensei EL MARHOMY
TROPHÉE INTERNATIONAL



Clin d'oeil pour le
magazine
SELF DEFENSE
1er magazine en
langue Arabe sur les
arts martiaux



14^{ème} STAGE INTERNATIONAL DE KARATE TRADITIONNEL A SOUILLAC - LOT

SOUS LA DIRECTION DE SENSEI EL MARHOMY, D. T FKTAMAF, 7^{ème} DAN ITKF



LIEU DU STAGE: Au Palais des congrès, rue du Maquis.

MOYENS D'ACCES DE PARIS : Route: Prendre l'autoroute A6b, à Porte d'Italie en Direction Nantes / Bordeaux, puis prendre l'autoroute A6a direction Evry, rejoindre l'autoroute A10 en direction Orléans, puis l'autoroute A71 direction Clermont Ferrand, Orléans et Vierzon, puis l'autoroute A20 direction Limoges, Issoudun, prendre la sortie 55 et continuer sur la D703, vous entrez à Souillac. A Souillac, route Martel jusqu'à un rond point ou une place, puis continuer sur l'avenue du Général de Gaulle, puis boulevard Louis Jean Malvy, à gauche avenue Pierre Verlhac, à gauche rue du Maquis.

S.N.C.F.: Train Paris- Souillac. Départ de gare d'Austerlitz



Le Pays de Souillac vous accueille



PROGRAMME: Arrivée des Stagiaires : DIMANCHE 31 Juillet à partir de 14H00. Départ : DIMANCHE 7 Août avant 12H00

STAGE: du Lundi mati 1 Août au Samedi soir 6 Août 2005

PREVOIR: Pensez à vos PASSEPORTS F.K.T.A.M.A.F. Les arbitres, ne pas oublier votre sifflet et votre hakama noir

HEBERGEMENT: Lycée Louis Vicat rue Bourthoumieux (à coté du numéro 24 sur plan de ville). Très grandes chambres de tout confort. PREVOIR LE NECESSAIRE DE TOILETTE + SERVIETTES de BAIN.

REPAS Les repas sont de grande qualité. Equipe d'accueil très sympathique !

DIVERS: Possibilité en plus du Stage, de pratiquer des activités de pleine air, visites culturelles (châteaux ...), visites de grottes naturelles, et autres activités nautiques.

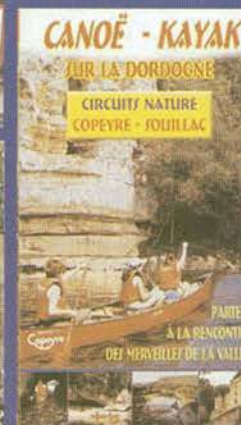
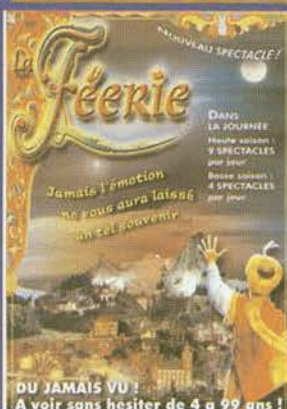
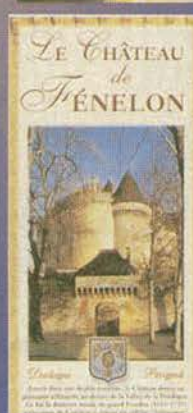
RENSEIGNEMENTS : F.K.T.A.M.A.F. 50, rue des Rigoles 75020 PARIS
tél: 01.47.97.20.20. fax: 01.47.97.25.54 Site: www.fktamaf.com
Mail : fktamaf@fktamaf.com

ou auprès de la ligue Midi Pyrénées de karaté traditionnel:

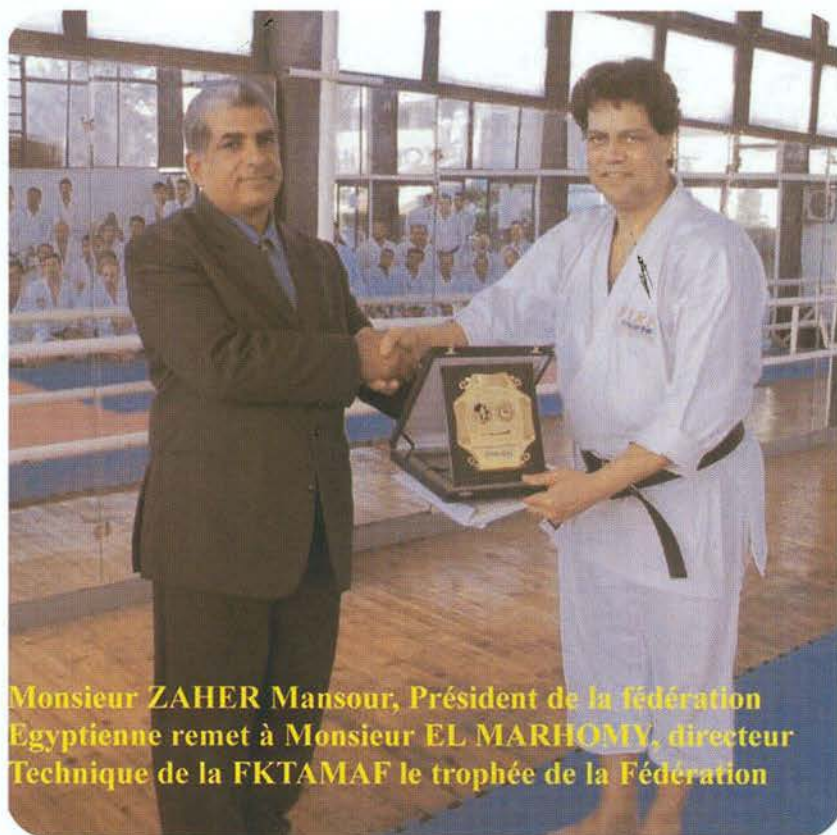
Mme Baussonnie Patricia au 05 53 50 88 51, ou Mr Linard Sébastien au 06 08 48 05 00 ou par mail : Impkt@wanadoo.fr

DIPLOME DE FIN DE STAGE

FORMATION : ARBITRE et INSTRUCTEUR
Passage de grades Kyu et Ceinture noire ITKF



Senseï EL MARHOMY en EGYPTTE



Monsieur ZAHER Mansour, Président de la fédération Egyptienne remet à Monsieur EL MARHOMY, directeur Technique de la FKTAMAF le trophée de la Fédération

**Du 22 au 28
Février 2005 au
Caire, s'est
déroulé un stage de
formation au Karaté Traditionnel.**

Le séminaire était organisé par la Fédération Egyptienne de Karaté et par le Ministère de la Jeunesse et des Sports Egyptiens.

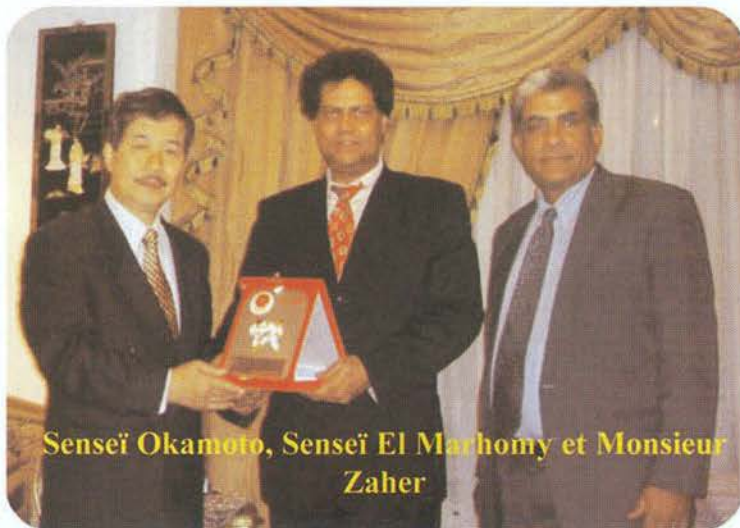
Ce stage s'adressait aux professeurs ayant un niveau de 3ème Dan minimum, pour une formation technique au Karaté Traditionnel. Plus de 300 participants se sont déplacés de 20 régions différentes pour assister à cet événement dirigé par Senseï El Marhomy 7ème DAN ITKF, Directeur technique FKTAMAF. Durant le stage, les élèves ont travaillé les règles de En Bu; Kata individuel et par équipe avec application; Bunkai; règles de Fuku Go et les bases fondamentales du karaté traditionnel.



Plus de 300 participants étaient au rendez vous

A l'issue de ce stage le Président de la Fédération Egyptienne de Karaté, Monsieur ZAHER Mansour, a remis à Senseï EL MARHOMY, le trophée de la fédération. Senseï OKAMOTO, directeur technique de la fédération est venue saluer Senseï EL MARHOMY pour le remercier des services rendus pour le développement du karaté traditionnel en Egypte et lui remettre son trophée.

Suite à la demande des professeurs, Monsieur Zaher, Président de la Fédération Egyptienne et le ministère des sports ont décidé d'organiser prochainement un grand stage de formation au karaté traditionnel.



Senseï Okamoto, Senseï El Marhomy et Monsieur Zaher

HOMMAGE A SENSEI KASE

C'est avec beaucoup de tristesse que le monde du Karaté a appris la disparition, le 24 novembre 2004, de Sensei Taiji Kase, grand Maître qui a largement contribué au développement du Karaté en France et dans nombre d'autres pays.

En janvier, Sensei El Marhomy, qui le connaissait bien, est allé se recueillir afin de rendre un dernier hommage au Maître. Il a présenté à sa femme, à titre personnel et au nom de la FKTMAF, nos sincères et profondes condoléances. Todomé tenait à rendre ici hommage au Maître, en revenant sur son parcours.

Biographie de Sensei Kase

Taiji Kase est né au Japon le 9 février 1929. Dès l'âge de 6 ans, il débute les arts martiaux avec le Judo.

En 1944, il obtient sa 2ème Dan et débute le Karaté, après avoir remarqué dans une librairie le recueil de Sensei Gichin Funakoshi, "Karate-Do Kyohan". Il cherche alors à le rencontrer et finit par s'inscrire dans son dojo, le "Shotokan", où il s'entraînera sous la direction du fils du Shihan, Yoshitaka, et de Hironishi Genshin. Il aura également beaucoup d'autres instructeurs à l'université : Kawata, Okuyama, Hayashi, Uemura, Kubota...

En mars 1945, âgé de seulement 16 ans, il s'enrôle dans la Marine, rejoignant le corps des forces spéciales Kamikaze. L'armistice, en août de la même année, lui sauvera la vie. Maître Kase dira souvent par la suite, qu'ayant côtoyé la mort de si près, rien ne pouvait plus désormais l'attrister...

A la fin de la guerre, le "Shotokan" a été détruit sous les bombardements et certains instructeurs (dont Yoshitaka Funakoshi) n'ont pas survécu. Sensei Gichin Funakoshi parvient cependant à regrouper les Karatekas, et Taiji Kase reprend l'entraînement.

En 1946, il obtient ainsi sa première Dan et devient en 1949, capitaine de l'équipe de Karaté de l'Université de Senshu, dont il sera diplômé en 1951.

Entraîneur à l'université de Takushoku, il est l'un des piliers de la JKA.

En 1964, il quitte le Japon pour aller enseigner en Afrique du Sud, puis en Hollande, en Belgique, en Italie (où il aide Sensei Shirai à s'établir), avant de s'installer définitivement en France. Il enseignera dans différents dojos : cinq ans à la Montagne

Sainte-Geneviève, chez Henry Plée qui l'a invité à venir en France, puis en 1972, au Centre Daviel (Paris, 13e), puis à partir de 1973, pendant trois ans, rue Daguerre (Paris, 14e). A cette époque, son influence sur le Karaté français devient déterminante.

En 1986, il ferme son dojo parisien et décide de voyager dans le monde entier pour enseigner son art.

Frappé par un infarctus en 1999, il revient après quelques semaines sur les tatamis. Plus récemment, affaibli depuis quelques mois par la maladie, il s'est éteint à l'hôpital de Clamart, le mercredi 24 novembre 2004.

Doué d'une palette technique d'une grande richesse, Sensei Kase était réputé pour ses techniques de jambes, notamment Ushiro Geri et Kaiten Geri (coup de pied arrière depuis la jambe avant) qu'il a développé.

Son Karaté redoutablement efficace et son esprit du Budo resteront dans la mémoire de ceux qui auront eu la chance de le connaître.



Texte de François
Carlot



Nishiyama, Kase, Shirai, Kawazoe, Naito

SENSEI BOUGUETTAYA

Entretien avec Sensei Khoudir Bouguettaya, 4ème Dan ITKF, Instructeur FKTAMAF, Arbitre international

Todomé: Dis-nous Sensei Khoudir, quel est ton parcours jusqu'au sein de la fédération?

Sensei K B: J'ai commencé le karaté en 1967 à Alger, dans un quartier du côté de la Faculté. Nous nous entraînions alors sur les terrasses d'immeubles. Je suis venu m'installer ensuite à Paris. C'est par hasard que j'ai rencontré Sensei Ibrahim après avoir fréquenté quelques clubs. A l'époque, il donnait ses cours au Gymnase Alexandre Dumas. Un jour, ma femme qui lisait les affiches juste à côté de l'église, m'a dit : "Pourquoi tu n'essais pas ici, ça a l'air bien !" C'est vrai, j'ai été bien accueilli ! Surtout, le travail d'Ibrahim correspondait à ma nature. Cela se passait dans une ambiance familiale. Depuis cette date, 1987, je ne l'ai pas quitté, et je ne suis pas prêt de le faire.

Tu dis "l'ambiance familiale" du Dojo, explique nous.

Oui, les gens sont solidaires. Il n'y a pas ici de grosses têtes. De la Ceinture blanche à la Ceinture noire, nous nous considérons tous de la même façon. Dans ces conditions, j'ai senti dès le départ, l'envie de m'entraîner la semaine durant - du lundi au samedi. Je ne me reposais que le dimanche.

Comment s'est déroulée ta progression avec Sensei Ibrahim?

Au Dojo, il y a des pratiquants qui aujourd'hui, sont plus anciens que moi, aussi proches de Sensei. Pour ma part, j'avais plus de temps à consacrer au karaté, j'ai donc passé régulièrement mes grades jusqu'à la quatrième Dan. Bien que je tiens un commerce à Paris, il m'est arrivé de laisser des clients en plan et de laisser la boutique à des amis pour aller prendre ou donner un cours au Dojo.

C'est important pour toi.

J'aime le karaté depuis que je suis tout petit. Le karaté a été mon rêve d'enfant. J'ai eu la chance de rencontrer Sensei Ibrahim, qui a cette autre façon de l'enseigner.

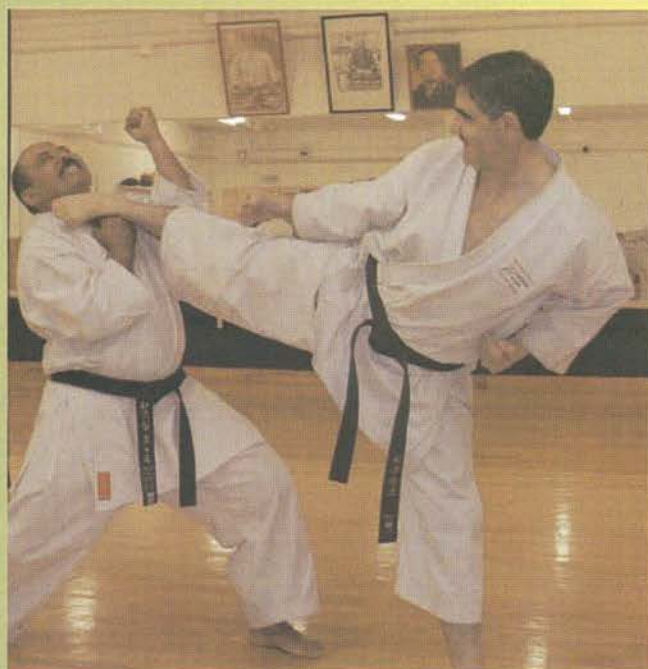
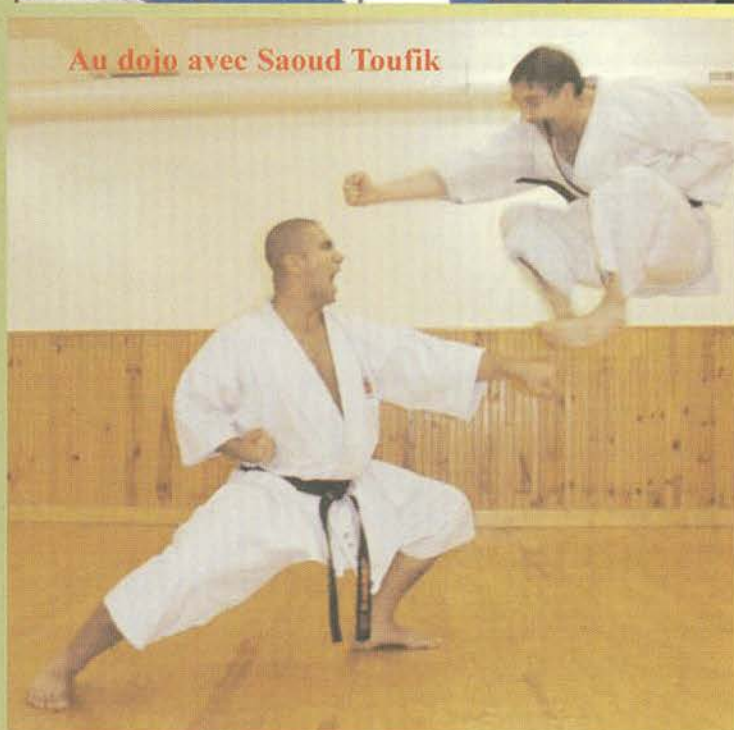
En quoi sa manière d'enseigner est-elle différente des autres approches? Quelle est ton expérience en la matière?

Les qualités de Sensei sont d'abord humaines, ensuite elles sont techniques. Personnellement, je remarque avec le temps au fur et à mesure que j'avance dans la pratique, que je me découvre en quelque sorte.

Au Championnat du Monde à Davos en Octobre 2004



Au dojo avec Saoud Toufik



En Seiza durant un stage enfants



Je comprends aujourd'hui, des choses sur lesquelles j'ai travaillé précédemment. Quelquefois, d'une semaine sur l'autre, je sens les évolutions. L'adage dit que *l'ouvrier ne peut travailler qu'avec de bons outils*. Les bonnes bases en karaté ne peuvent également venir que de quelqu'un qui les possède aussi. Mais il faut pouvoir rencontrer cette personne. C'est là le problème de la transmission. Tous les hauts-gradés en Karaté ne sont pas aptes à transmettre. C'est un don.

Sensei t'a justement désigné apte à enseigner aux débutants. Que leur apportes-tu ?

J'ai fait beaucoup d'arbitrages en sa compagnie, dans les championnats nationaux, internationaux, je me suis déplacé avec lui. C'est une expérience de karatéka que je transmets. Dans les cours, je mets l'accent sur les appuis, sur l'assise. Je fais rechercher chez les praticiens l'harmonie du corps et de l'esprit, la croissance d'un mental fort. Que l'on envisage de dépasser la simple pratique de débutant en Karaté Traditionnel, il faut alors prendre sur soi. Le karaté doit être physique. On change l'esprit : le corps suit. En travaillant le mental, l'esprit forge le corps.

Quels sont tes secrets d'enseignant ?

Chercher à intéresser les gens. Capter leur attention. Leurs efforts viennent sans difficulté. En ce qui me concerne, pendant les cours, je travaille autant que les élèves, sinon plus. Si je ne sors

pas d'un cours *lessivé*, je ne suis pas satisfait. Il est

important que les élèves soient contents, qu'ils aient le sentiment d'avoir glané quelque chose. S'ils ont eu ce qu'ils voulaient, je récupère mon énergie; je suis heureux comme un pape. Et fier par rapport à Sensei qui a placé sa confiance en moi.

As-tu des souhaits pour la fédération ?

Bien que notre travail soit partout connu, reconnu, il manque cependant la reconnaissance publique du Ministère de la Jeunesse et des Sports. Je souhaite voir cette reconnaissance qui nous manque éclater au grand jour.

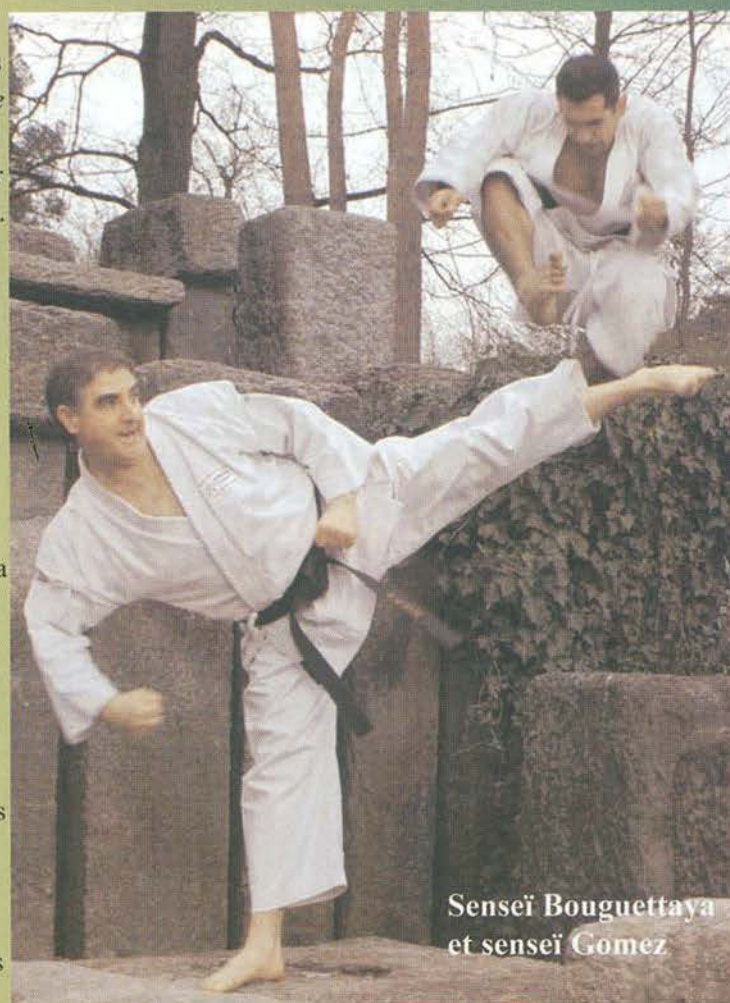
La relève Bouguettaya Valentin



**Entretien réalisé
par Marc Lambert**



**Arbitre lors du Trophée
International à Paris**



**Sensei Bouguettaya
et sensei Gomez**



COUPE NATIONALE ENFANTS



ENBU garçon
Canaris



CANARIS :

Kata individuel garçon :

1. BABONNAUD Baptiste
2. NGUYEN Julien
3. ANJUN Alian
4. FALIERO Anthony

En-Bu garçon :

1. JEANNIOT Yoann / N'GUYEN Julien
2. THIAM Jakob/AOUA GRICH Mohamed
3. HIRSINGER Marin / HUSSEIM Riad
4. BRUKLER Côme / AUJUN Alian



PUPILLES :

Kata individuel garçon :

1. MULLER Jérémy
2. BENELHADJ Nassim
3. BOUCHEMAFA Reza
4. YONG Marvin

Kata individuel fille :

1. MULLER Elodie
2. COUFFIN Océane
3. LEHERISSE Maelle
4. TORRES Laura

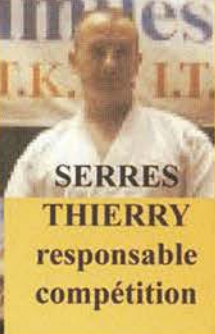
POUSSINS :

Kata individuel garçon :

1. SADI CHERIF Abdulaziz
2. KHADR Walid
3. DE SOUSA Mike
4. LABBANE MEHDI

Kata individuel fille :

1. OULD SADOON Wynona
2. D'HAENE Melissandre



SERRES
THIERRY
responsable
compétition



FKTAMAF - 23 JANVIER 2005



Kata individuel garçon :

- 1.VANNINGEN Corentin
- 2.BENELHADJ Ilies
- 3.HOAG Thibault
- 4.COLIN Florent



BENJAMINS :

Kata individuel fille :

1. MARTINS Morgane
2. VIGNY Juliette
3. COHINIAC Amandine
4. BIALGUES Cynthia



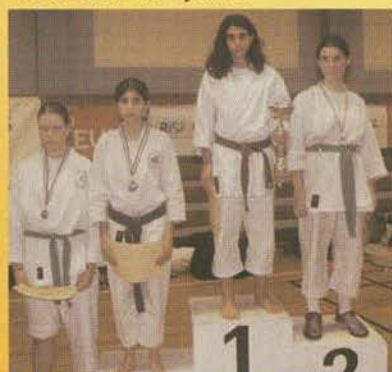
Fuku-go garçon :

1. BENELHADJ Ilies
2. LELARGE Mathieu
3. ROUGIER Lil
4. BERTIN Jimmy



Kata individuel garçon :

- 1.TORRES Kevin
- 2.BACQUET Adrien
- 3.BACQUET Clément
- 4.KHALLED Mohamed



Kata individuel fille :

1. EL MARHOMY Cindy
2. WENZLER Alienor
3. FERNANDES Laurine
4. NAEGEL Aurianne



Fuku-go garçon :

- 1.TORRES Kevin
- 2.BACQUET Cément
- 3.LECHEA Samy
- 4.ZITOUN Rudy



Fuku-go fille :

1. WENZLER Alienor
2. MARTIN Morgane
3. BIALGUES Cynthia
4. MARTIN Malvina

MINIMES :

FUTURES :



Kata équipe garçon :

- 1.KADR Samy / ASSAMOI Michel / BURRAUDI Yanis
- 2.YONG Marvin / YONG Bradley / LERCH Dylan
- 3.COUSTEAU Nicolas / ROLDES Kevin / PEZET Valentin
- 4.MULLER Nicolas / MARCHAL Maxime / MULLER Raphaël

Kata équipe fille :

- 1.LEJARD Cassandre / TORRES Laura / KHOUKHA Yasmine
- 2.CAVE Noémie / OULD SADOON Wynona / DEVAUX Louise

En-Bu garçon :

- 1.MULLER Raphaël / ZERMAN Lucas
- 2.MULLER Jérémy / STANDER Alexandre
- 3.MULLER Nicolas / MARCHAL Maxime
- 4.SANOU ISIAKA / SANOU Ibrahim

En-Bu mixte :

- 1.LEJARD Cassandre / BENELHADJ Nassim
- 2.MORLAS Méghane / LAPORTE Victor
- 3.TORRES Laura / LUNEAU Paul
- 4.DEVAUX Louise / ASSAMOI Michel



CHAMPIONS :

Kata équipe garçon :

- 1.TORRES Kevin / BACQUET Adrien / BACQUET Clément
- 2.HEGAZY Khaled / HEGAZY Hichem / MELKI Hamza
- 3.CARLES Michaël / KASSIMIA EDDY / DOUVEAUX Christopher
- 4.WENZLER Willem / HOAG Thibault / KRAUB Gaëtan

Kata équipe fille :

- 1.FERNANDES Laurine / MALET Sophie / EL MARHOMY Cindy
- 2.WENZLER Alienor / NAEGEL Aurianne / FROBN Noémie
- 3.COHINIAC Amandine / BRETON Nahomie / MARTIN Malvina
- 4.GEOFFROY Noémie / MEBARKI Lilia / FERCHICHI Amel

En-Bu garçon :

- 1.KASSIMIA Eddy / CARLES Michaël
- 2.BACQUET Adrien / BACQUET Clément
- 3.TOSE Yannick / BABONNAUD William
- 4.KRANB Gaëtan / VAN MIGEN Corentin

En-Bu mixte :

- 1.EL MARHOMY Cindy / BACQUET Adrien
- 2.MALET Sophie / BACQUET Clément
- 3.MULLER Elodie / TOSE Yannick
- 4.FROHN Noémie / KASSIMIA Eddy



La NOTION de "TIMING"

dans la REACTION et l'ATTAQUE

par Sensei El Marhomy Directeur Technique FKTAMAF

Dans les pratiques de combat en Karaté Traditionnel, la notion de "**timing**" est liée à deux facteurs stratégiques. D'une part, du point de vue des techniques, plusieurs sortes de "timings" sont réalisables: "**Gonosen**"; "**Sénosen**"; "**Tainosen**". Le "timing" étant le temps de réaction physique par rapport à l'adversaire ou à une technique d'attaque vers soi, "**Gonosen**" implique que l'on prenne un temps pour bloquer, rentrer dans l'attaque; "**Tainosen**", que l'on agisse en même temps; et "**Sénosen**", pratiquement avant que l'attaque ne se développe.

Un deuxième facteur joue un rôle important: l'aspect de temporalité. Avant de se soucier comment mettre en pratique ces différentes stratégies évoquées, il faut savoir comment se mettre dans le temps de l'action, une question liée à la notion de "**Zenshin**", qui implique l'état d'éveil du pratiquant vers l'adversaire. Cette attitude rend possible une maîtrise du corps et la maîtrise de l'espace traversé. Ainsi, je me mets au rythme de mon adversaire, j'intègre son rythme, je suis dans le temps de l'action. J'intègre la forme de l'adversaire.

La technique qu'il va utiliser ("**Geri**", "**Tsuki**", etc..) ne doit pas préoccuper; j'intègre sa forme, et je réponds spontanément par rapport à la forme. Alors seulement, au niveau interne, l'état d'éveil permet de réagir au plus petit mouvement déclenché, et même, à l'intention gestuelle de mouvement. Ce sont ces préliminaires qui permettent en réalité d'aborder les notions de "**Sénosen**", "**Gonosen**", "**Tainosen**".

Respiration et hara

La respiration joue le rôle central dans ces processus. Dans le cas du combat, le pratiquant contrôle impérativement la respiration. Les muscles requis pour cet effort indiquent, à l'observation, une descente du processus respiratoire vers le bas-ventre, ce qui aide à déclencher la technique. L'action n'est pas corticalisée, pensée; elle est tout entière inscrite dans le flux respiratoire. Si je déplace un objet lourd, je ne

peux le faire ni en apnée ni le tonus relâché, je suis obligé de lier le cycle respiratoire à l'action. En Karaté, tout va vite; cet "inspiré-expiré", par sa densité, est le véritable déclencheur de la technique. Le lieu de la cage thoracique avec le poumon organe de la respiration, subit en Karaté, une sorte de transfert à la fonction motrice. Je déplace cette respiration vers le hara par un jeu subtil de pressions musculaires, au centre du corps.

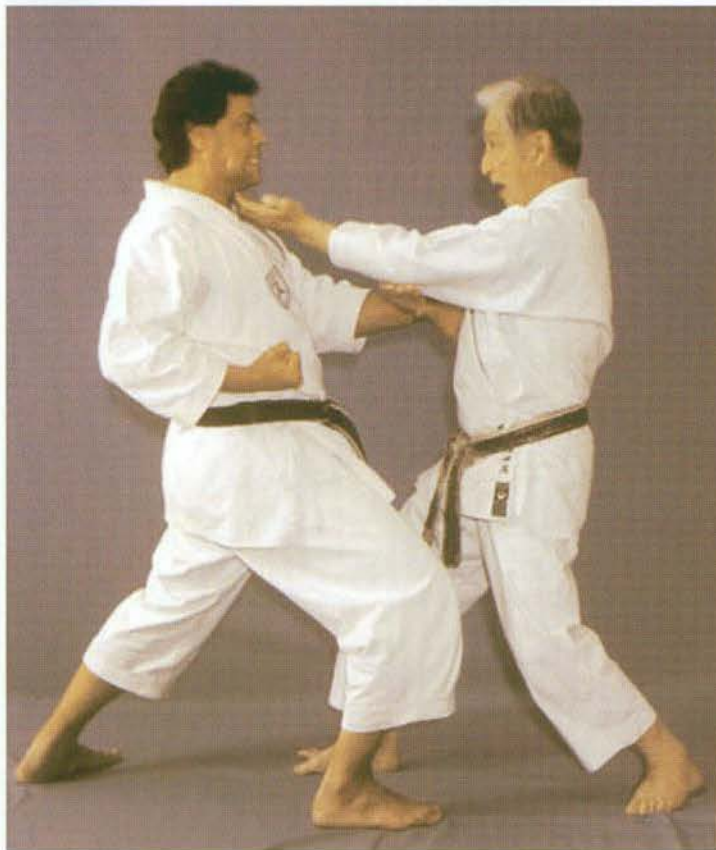
L'adversaire ne doit pas détecter l'inspir-expir, car entre chaque *inspiration/expiration/*

inspiration, se produit un "**Kyu**", une brèche dans les fonctions physiologiques, dans laquelle il pourrait s'engouffrer. Lorsque je centre la respiration dans le hara, elle devient indécélable. Le hara est ainsi

continuellement opérationnel, mis en avant du corps pendant l'attaque; il est à la base de toute impulsion gestuelle.



L'état d'éveil - le "**Zenshin**" - nous permet de réagir instantanément, mental et physique unis, contrairement à l'état de "**Kyu**" où mental et physique sont déconnectés. Le hara est ainsi continuellement opérationnel. L'état d'éveil - le "**Zenshin**" - nous permet de réagir instantanément, mental et physique unis, contrairement à l'état de "**Kyu**" où mental et physique sont déconnectés.



Percevoir l'invisible

Dès qu'un adversaire entre dans notre espace quelque soit sa représentation, nous sommes dominés. Ici, intervient la notion de "**Maï**", que l'on peut traduire dans notre langue, par celle de *seuil de vulnérabilité*; illustrée de trois points de vue. **Il y a d'abord** le "**Maï**", distance à laquelle je peux atteindre l'adversaire : mon "**Maï**". **Dans le deuxième cas**, le "**Maï**" s'applique à la distance au delà de laquelle je suis protégé de

l'adversaire - Que l'un ou l'autre franchisse cette limite, et il y a danger! **Dans le troisième cas**, le "**Maï**" de l'adversaire est cette distance à laquelle l'adversaire peut m'atteindre. L'arbitre en Karaté Traditionnel calcule le "**Maï**" dans les combats, avec la longueur des bras des adversaires, mis bout à bout en position "**Ten To**".

Si donc le **timing** est le temps de réaction face à une agression de l'adversaire, il faut en Karaté chercher à réduire ce temps de réaction. Plus le temps de réaction est court, plus l'on doit réagir dans le temps. Nous travaillons le plus sérieusement possible pendant l'entraînement afin d'atteindre un état réceptif à l'invisible, où nous pouvons ressentir ce qui arrive autour de nous. Sensei Nishiyama dit, "*lorsque vous vous rendez compte que les choses sont là, il est déjà trop tard pour réagir*". Faire en sorte d'intercepter l'événement ; bloquer, contre attaquer! avant qu'il ne prenne de l'ampleur, c'est là, je crois, le but premier de tous les arts martiaux; c'est aussi l'aspect le plus important du travail corporel en Karaté Traditionnel dans sa totalité. Et c'est la raison pour laquelle nous travaillons sur des temps de réponse extrêmement courts et puissants dans nos techniques. Ici, au Dojo, je demande aux instructeurs, qu'il n'y ait pas de regards extérieurs pendant le cours, susceptibles de troubler cet état d'éveil, cette attention que les pratiquants dirigent sur eux-mêmes, qui sollicite de leur part un effort considérable.

Propos recueillis par Marc Lambert



COUPE NATIONALE ADULTES

Kata individuel Toutes Catégories Femmes :

- 1- ROUX Julie
- 2- MAKSINOVIC Ana
- 3- GENCE Stéphanie
- 4- GUAL Mélanie



Ligue
EST

Kata individuel Cadets/Juniors Hommes :

- 1- EL MARHOMY Thomas
- 2- SAVIC Marko
- 3- LUDOSANU Razva
- 4- MULLER Alexandre



Ligue Midi Pyrénées

Kata individuel Cadets/Juniors Hommes :

- 1- MULLER Pascal
- 2- WOLFF Sébastien
- 3- RAIMUNDO David
- 4- LEHERLE Gaëtan

Kata Equipe Jeunesses/Séniors Hommes :

- 1-RAIMUNDO David/LEHERLE Gaëtan/LAVIALLE David

Kata Equipe Avenir Hommes :

- 1-TRIKI YANANDI Yakun/STAUDER Nathan/MULLER Alexandre

- 2- DENTRAYGUES Kevin/
LAFON Mathieu/FENNI Chateil

Kata Equipe Avenir Femmes :

- 1-MALLET Sophie/
ROUX Julie/MAKSINOVIC Ana



KATA EQUIPE FILLE
BUNKAI



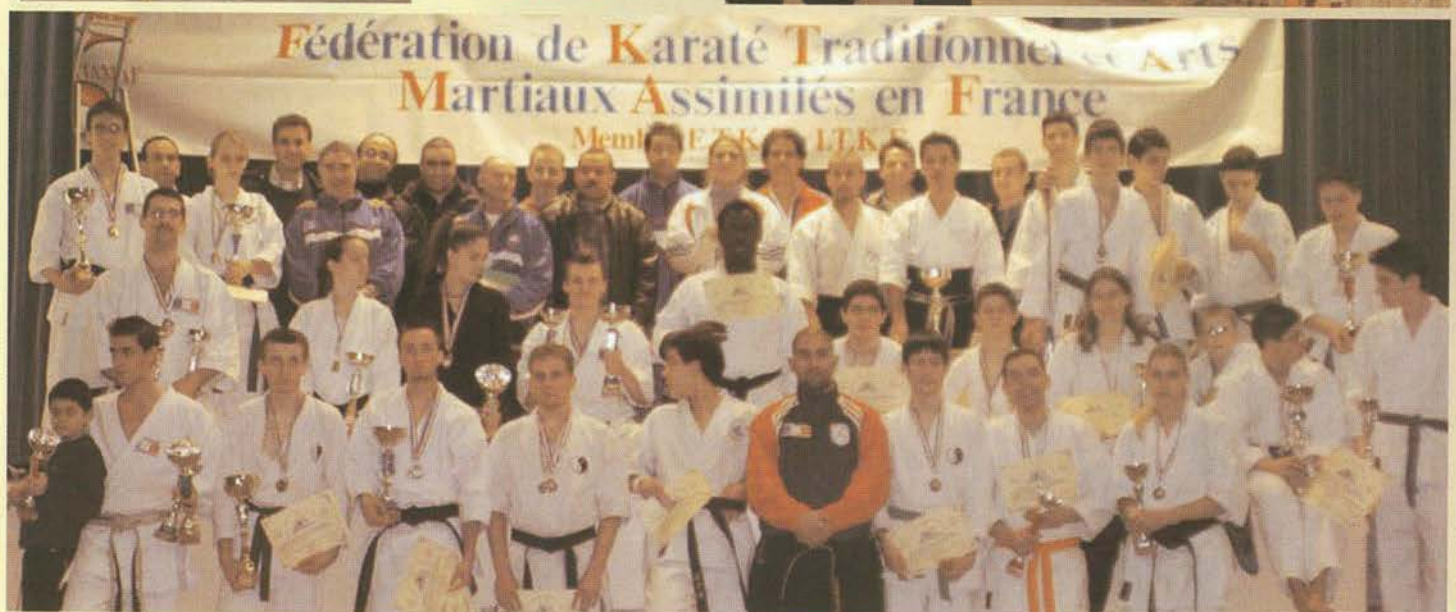
Kata individuel et
Kumité
Consignes de sécurité



KATA
EQUIPE



Docteur Salah
Benelhadj responsable
compétition



PARIS 30 JANVIER 2005

FUKU GO Séniors Hommes :

- 1- MULLER Pascal
- 2- LAURENTIN Charles
- 3- COUFFIN Jean

FUKU GO Cadets/Juniors Hommes :

- 1- SAVIC Marko
- 2- LANSEL Nicolas
- 3- LAVIALLE David
- 3- DENTRAYGUES Kevin

KO GO Kumite Cadets/Juniors Hommes :

- 1- EL MARHOMY Thomas
- 2- LAURENTIN Charles
- 3- LANSEL Nicolas
- 3- SAVIC Marko

Kumite Séniors Hommes :

- 1- MULLER Pascal
- 2- LAURENTIN Charles
- 3- COUFFIN Jean

Kumite Cadets Hommes :

- 1- DJIDI Samir
- 2- LUDOSANU Razvan
- 3- LANSEL Nicolas
- 3- DENTRAYGUES Kevin

EN - BU Avenir Hommes :

- 1- MULLER Alexandre/STAUDER Nathan

EN - BU Séniors Hommes :

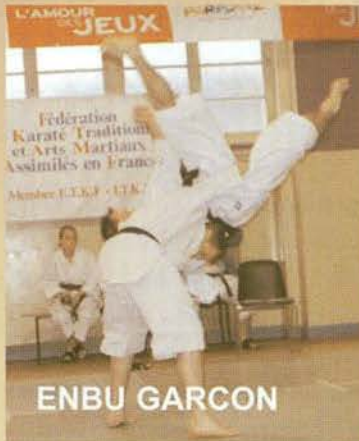
- 1- MULLER Pascal/WOLFF Sébastien
- 2- LEHERLE Gaëtan/RAIMUNDO David

EN - BU Séniors Mixtes :

- 1- GENCE Stéphanie /WOLFF Sébastien
- 2- WESTERMEYER Audrey /MULLER Pascal



RODIUMS



ENBU GARCON



ENBU MIXTE

Photos des arbitres



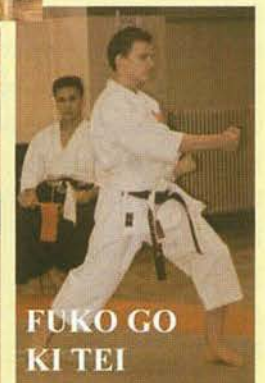
La pause des arbitres



KOGO KUMITE



FUKU GO KUMITE



FUKU GO KI TEI

Un CANADIEN à PARIS

Sensei Chanh Chau-Tran

A l'occasion de son passage en France en septembre 2004, Maître Chanh Chau-Tran a rendu visite à son ami Sensei El-Marhomy qui, comme de coutume, l'a invité à diriger un cours au Dojo. Nous avons eu la chance de découvrir un grand expert en Karaté traditionnel, passionné par son art et à l'enthousiasme communicatif. Il a bien voulu répondre à nos questions pour le magazine Todomé.

Parcours de Sensei Chanh Chau-Tran

Né le 22 mai 1947 au sud du Vietnam, où il débute sa carrière sportive avec la boxe thaïlandaise et la boxe libre, il part en 1967 pour le Canada, poursuivre ses études à l'Université Polytechnique de Montréal. Il y obtiendra, 5 ans plus tard, son diplôme d'ingénieur.

A son arrivée au Canada, il découvre le Karaté qu'il pratiquera sous la direction de Maître Tran Quang Ba, lui-même élève de Maître Mochizuki (France) et Maître Masami Tsuruoka (Canada). Il obtient sa Ceinture noire 1^{ère} Dan en 1971, et sa 3^{ème} Dan en 1976.

Tout en poursuivant sa carrière dans la vente, la consultation et l'intégration de systèmes pour des multinationales comme Xerox, Digital Equipement et Hewlett Packard, Sensei Chau-Tran reste très actif sur le plan de la compétition : il sera ainsi capitaine de l'Equipe du Québec, et membre de l'Equipe canadienne, de 1971 à 1985, date à laquelle il se retire de la compétition après avoir terminé à la troisième place en Kata par équipe au Championnat Pan-américain de Rio de Janeiro.

C'est au début de cette période qu'il rencontre pour la première fois Nishiyama Sensei, déjà une légende, qui arbitrait la finale du championnat canadien de 1970. Sensei Chau-Tran se promet alors d'arriver un jour en finale pour avoir l'honneur de combattre sous son arbitrage... ce qu'il réussira l'année suivante, en 1971 !

En 1982, sur les conseils de Nishiyama Sensei, M. Chau-Tran parvient à convaincre son employeur de lui donner une année sabbatique pour le laisser partir s'entraîner au Japon, pendant un an, auprès de Maître Chitose (10^{ème} Dan du style Chito-ryu) et Maître Yamaguchi (7^{ème} Dan du style Shotokan de la Japan Karate Association). M. Chanh Chau-Tran en reviendra avec le grade de 4^{ème} Dan des styles Chito-ryu et Shotokan. Après s'être retiré de la compétition active M. Chau-Tran devint entraîneur de l'équipe du Québec, qui remporte alors cinq années de suite la 1^{ère} place dans le classement général au Championnat du Canada de la National Karate Association. M. Chau-Tran est actuellement président de la Fédération Québécoise de Karaté Traditionnel, et détient le grade de 6^{ème} Dan.

Todomé : Sensei, pouvez-vous nous parler de votre expérience au Japon ?

M.CT: Après une dizaine d'années de compétition, je souhaitais

développer, en profondeur, ma connaissance du Karaté. Grâce aux recommandations de Nishiyama Sensei, notamment, et après avoir obtenu l'accord de ma compagnie, j'ai ainsi pu partir à Kumamoto, dans le sud du Japon pour un premier entraînement de six mois avec un vénérable Maître, Chitose Sensei, âgé de 85 ans à l'époque, et grand spécialiste du style Chito-ryu. Puis un second entraînement de 6 mois avec Maître Toru Yamaguchi à Go Tenba, non loin du Mont Fuji. Ce fût là l'expérience la plus extraordinaire de ma vie : nous n'étions que deux élèves, M. Katsumata et moi-même. J'y ai appris tous les katas Shotokan, dans toute leur subtilité, et j'ai réalisé combien je les avais appris de manière superficielle auparavant ! Avec des Maîtres comme cela, on comprend la signification profonde des katas.

Comment se déroulaient les entraînements que vous receviez à ce moment-là ?

Un jour j'ai demandé à Sensei : " *Que dois-je faire pour devenir un bon combattant ?* " Il m'a tout simplement répondu : " *Pratique tes katas!* " Sur le coup, j'ai eu des difficultés à comprendre comment les katas pouvaient me permettre de m'améliorer en combat ! J'ai pensé d'abord qu'il s'agissait d'une boutade, mais je l'ai écouté et je me suis entraîné selon sa méthode. Au fur et à mesure que je pratiquais les katas, j'ai compris le sens de ses paroles. Dans les katas, il y a tout si l'on pratique correctement : puissance, rapidité, sensation de distance, timing, Zanshin... On ne peut pas tricher, et l'on doit être constant pendant les deux minutes que l'on exécute le kata. Pendant le combat, si l'on est fatigué, on peut sortir de la distance puis revenir ; ce que précisément l'on ne peut pas faire en kata. J'ai donc compris que si l'on peut être intense pendant deux minutes en kata, puis si on l'applique en combat, l'adversaire sera détruit mentalement car il sera constamment sous pression. L'entraînement se déroulait de façon puissante et systématique. Chaque kata était effectué trois fois : la 1^{ère} avait pour but de saisir la séquence. La 2^{ème}, d'en comprendre la signification et de pouvoir l'interpréter : la 1^{ère} avait pour but de saisir la séquence. La 2^{ème}, d'en comprendre la signification et de pouvoir l'interpréter. La 3^{ème} enfin, de le faire avec le rythme de combat. Nous pratiquions ainsi chaque jour les 26 katas Shotokan, dans un ordre aléatoire (Sensei les tirait sur une grande liste). Comme nous étions seuls face à lui, on ne pouvait pas tricher, et à chaque erreur, on devait recommencer. Si bien que dans le meilleur cas on effectuait 78 katas, alors que si l'on faisait des erreurs, cela pouvait aller jusqu'à 150...

C'était bien sûr usant, tant physiquement que mentalement. Mais notre maître nous apprenait que tous les katas doivent être les " *Tokui kata* " - katas " que l'on fait bien ", katas favoris. Il fallait s'entraîner de telle sorte qu'en compétition, l'on soit capable de faire un kata au pied levé, comme s'il s'agissait de notre kata de prédilection !

Ce n'est qu'à mon retour au retour au Canada que j'ai pleinement réalisé le bénéfice de cet entraînement : en combat, tous les

mouvements des pratiquants me paraissaient tellement lents ! J'ai réalisé que l'environnement dans lequel je m'étais entraîné correspondait à l'esprit du Karaté Traditionnel : état d'esprit sérieux, sans concession, volonté de détruire l'adversaire et non de marquer des points...

A ce propos, que pensez-vous des différentes pratiques du Karaté ?

J'ai vu le karaté dévier de ses principes depuis une quinzaine d'années. Système de points en compétition, introduction des catégories de poids... Auparavant, chacun devait faire selon ses atouts, comme dans la vie réelle ! Ainsi, le Karaté Traditionnel est plus près, vraiment, de la réalité.

Le karaté n'est pas seulement une pratique sportive pour se garder en forme. Si tel était le cas, j'aurais pu me contenter du jogging ! C'est avant tout un mode de vie philosophique. Dans

n'est pas le plus difficile. En revanche, être champion tous les jours de la vie, se lever et vouloir bien faire les choses, être en forme et de bonne humeur, c'est cela le plus difficile.

Quelles sont les qualités importantes pour enseigner le karaté ?

On ne peut pas communiquer le feu sacré si on ne l'a pas. Il faut aimer la pratique, aimer apprendre, aimer progresser pour à son tour enseigner. Un bon professeur doit garder l'esprit d'un élève, vouloir continuer à progresser. Cela implique aussi d'être parfaitement authentique avec soi-même, de se respecter comme on respecte les autres.

Guillaume le Conquérant a dit : " Nul n'a besoin d'espérer pour entreprendre, de réussir pour persévérer ". On fait ce qu'on doit faire...

Entretien réalisé par François Carlot



L'équipe canadienne au séminaire ITKF de San Diego - USA

ma vie, j'ai eu la chance de pouvoir m'entraîner intensément, et en même temps d'avoir une carrière. Je suis ingénieur de formation, j'ai une maîtrise en administration, et j'ai travaillé dans de grandes multinationales. Je me suis toujours appliqué à transposer les principes que j'avais appris au Karaté dans ma vie professionnelle. Par exemple, les capacités de concentration et le sens du timing permettent de savoir saisir le rythme du client, sentir à quel moment on peut saisir une opportunité et conclure une affaire. De même, quand l'on prend des responsabilités dans une organisation, on n'a plus le droit à l'erreur, qui pourrait s'avérer fatale à l'organisation. En Karaté traditionnel, on prend le temps de se préparer. Mais quand vient l'action, notre réaction doit être décisive : on doit porter le coup fatal. A mes élèves, je dis, soyez prêts le moment venu... et cela s'applique le jour où ils ont un entretien professionnel !

En Karaté sportif, on privilégie la quantité des coups (nombre de points) à l'aspect " todomé ". C'est pourquoi j'ai quitté la fédération dans laquelle j'étais, pour créer la fédération de Karaté Traditionnel il y a 6 ans. Nous travaillons actuellement pour la reconnaissance de cette fédération dans notre pays.

En Karaté traditionnel, peut-on apprendre de la défaite ?

En compétition, ce qui importe, c'est davantage le processus que le résultat. Pouvoir planifier son entraînement et arriver prêt physiquement et mentalement le jour J nécessite de grandes qualités et de la volonté. Il y a parfois de belles défaites, contre des adversaires brillants, et des victoires faciles...

Ce qui compte réellement, c'est de donner le meilleur de soi-même, ne pas renoncer dans l'adversité. Etre champion une fois

**Senseï Chanh
Chau Tran,
Président de la
Fédération
de Karaté
Traditionnel du
Québec à Paris**



TROPHÉE INTERNATIONAL



Le 1er Trophée International de Karaté Traditionnel a eu un vif succès de part la qualité des athlètes et du haut niveau de la compétition. Un grand merci au crédit mutuel, à l'OMS et à la FSKAM pour leur aide précieuse. Une belle démonstration des jeunes karatekas de la FSKAM. Egalement des démonstrations de Kung Fu et d'Aïkido. Un grand merci à la Télé Locale et à la télé de Dubay pour avoir immortalisé l'instant.

Le classement général toutes catégories de compétition confondues est la FRANCE, le PORTUGAL, l'EGYPTE et l'ALGERIE



Agence locale de St Farge
Crédit Mutuel



PARIS le 3 AVRIL 2005



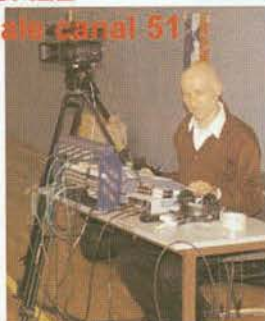
Discours du Directeur Technique M. El Marhomy



Discours d'ouverture de la Présidente

LA LOCALE

ion locale canal 51



M. Blandin, Président de l'OMS du 20ème Ar.



Discours de Mme Kaufmann, Maire adjointe, Chargée des sports

La LOCALE

手道



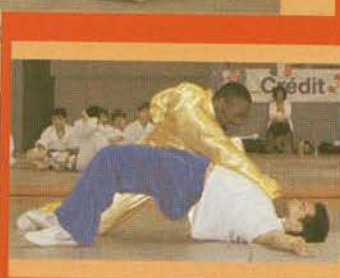
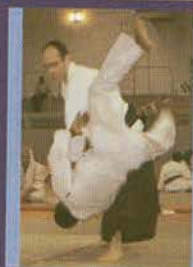
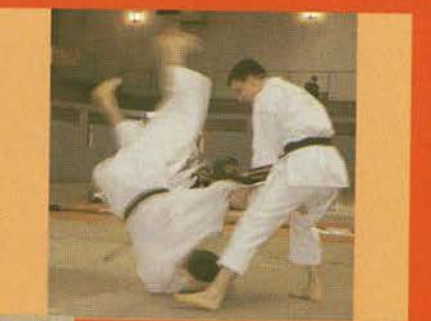
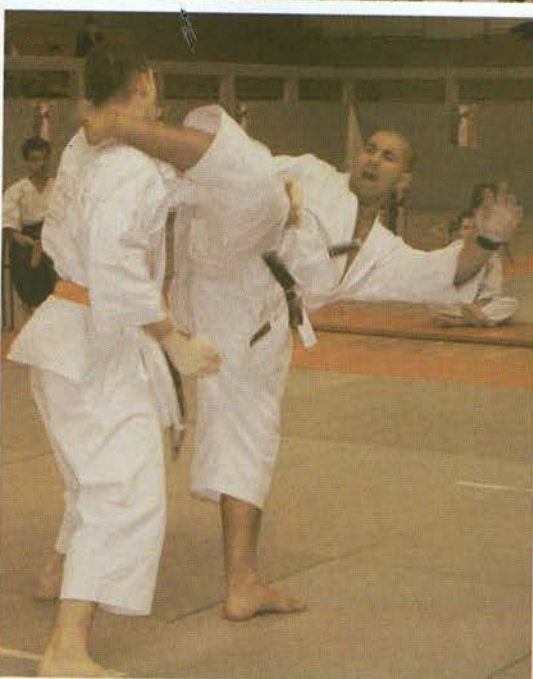
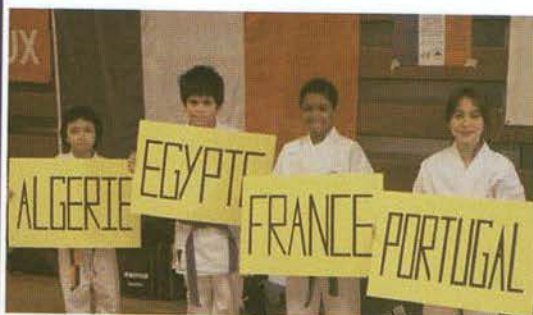
ris 20ème
tuel



Démonstration des jeunes karatékas lors de la cérémonie d'ouverture

TROPHEE INTERNATIONAL de KARATE TRADITIONNEL

organisé par la FKTAMAF



STAGE INTERNATIONAL INTER FEDERATION TOUS STYLES



20 mars 2005 Paris



Senseis
EL MARHOMY,
BEGUERY,
et GOMEZ



Cours enfants



Cours adultes



Dimanche 20 mars 2005, s'est déroulé un stage exceptionnel organisé par la FKTAMAF. Plus de 200 participants enfants et adultes étaient au rendez-vous pour ce stage qui réunissait trois experts de Karaté Traditionnel. Sensei Beguery Jean, de style Goju Ryu, Sensei Gomez Justo plusieurs fois champion ITKF en Kata et Kumité, venu d'Argentine, et Sensei El Marhomy Ibrahim Directeur Technique FKTAMAF. Enfants et adultes ont eu la joie et le plaisir de découvrir des styles différents. Cette journée qui a eu un grand succès, sera renouvelée l'année prochaine.



Shihan Nishiyama à Paris

Le dernier séminaire de Nishiyama Sensei à Paris, en décembre 2004 a, comme chaque année, attiré un large public. Agé de 76 ans, Sensei est l'un des derniers grands Maîtres actifs ayant reçu un enseignement direct des Maîtres qui ont introduit le Karaté dans les îles principales du Japon. Après une vie exclusivement consacrée à la pratique du Karaté, à la recherche et l'approfondissement de l'Art, à son développement et son organisation au niveau international, Nishiyama Sensei a acquis une parfaite maîtrise de son art et une sagesse qui forcent l'admiration de tous ceux qui ont eu la chance de suivre son enseignement. Quant aux privilégiés qui ont l'honneur d'accompagner le Maître en dehors des séminaires, ils sont frappés par sa simplicité, son accessibilité et son humour !

Comme tout grand Maître dépositaire d'une tradition, d'un trésor, Nishiyama Sensei invite les pratiquants à s'engager sincèrement dans la Voie, en montrant l'exemple. Et il ne ménage pas sa peine ! Enchaînant les voyages à travers le monde, le Maître ne prend pas le temps de s'arrêter dans les pays qu'il visite ! Et lorsqu'il rentre au Japon, il préfère le faire le plus discrètement possible car les obligations familiales lui prendraient trop de temps... Règle enfreinte lorsqu'il a été reçu et décoré par l'empereur du Japon en 2000

Todomé : Sensei, j'aimerais commencer cet entretien en revenant sur les aspects historiques du Karaté et de son développement à travers le monde. Pouvez-vous tout d'abord nous indiquer les raisons qui selon vous expliquent son succès rencontré au Japon après son introduction d'Okinawa ?

Sensei Nishiyama : Le Karaté s'est développé pendant plusieurs siècles sur l'île d'Okinawa. Sur les îles principales du Japon, l'esprit du Budo était très développé, notamment à travers le Kendo, le Judo et d'autres arts martiaux... il existait donc un terreau propice au développement du Karaté. Cependant, lorsque le Karaté a été introduit par Sensei Funakoshi, il est longtemps resté assez confidentiel. Pendant la Deuxième guerre mondiale, soit près de vingt ans après son arrivée à Tokyo, beaucoup ne connaissaient même pas le nom de Karaté ! A Tokyo, il n'existait que deux ou trois dojos où était enseigné le Karaté, et seules six ou sept universités avaient des équipes de Karaté. La fin de la guerre a laissé un sentiment de vide profond dans les esprits, ce qui a certainement contribué au développement rapide du Karaté. Pratiquer le Karaté permettait de développer le sentiment de confiance en soi, et également de se protéger dans un pays devenu soudainement dangereux !

Le Karaté s'est ensuite rapidement développé à travers le monde, dans des pays pourtant prospères et en paix...

D'autres aspects du Karaté ont prévalu : les qualités mentales que développe le Karaté, notamment la stabilité des émotions. Le contrôle de soi et la maîtrise des émotions rendent le jugement efficace et l'esprit lucide. Le Karaté permet également de cultiver le physique... et puis, un autre facteur a joué : pratiquer le Karaté ne revient pas cher !

Quel peut être le développement du Karaté dans l'avenir ?

Le Karaté est un art, un art mental et physique, et en tant que tel je souhaite le transmettre à la prochaine génération tel qu'il m'a été donné. Peu m'importe le nombre des pratiquants. Le véritable risque est de changer cet art, ce qui le conduirait à sa perte. Pensez par exemple à la musique classique : elle nous est parvenue bien que confinée à l'origine à des cercles privilégiés et restreints ! Plusieurs siècles après, la voilà mondialement reconnue. En ce qui concerne le Karaté, tâchons de conserver et de transmettre l'esprit originel et la forme de l'art.

Que pensez-vous de la perspective que le Karaté devienne un jour sport olympique ? Le Karaté pourrait-il perdre son esprit ?

Cela dépend de nous ! Il y a, certes, de fortes pressions extérieures aux jeux olympiques... Les organisateurs doivent vendre leurs programmes et les télévisions attirer de nombreux téléspectateurs ! Si les règles du sport sont parfaitement définies, claires et précises, il n'y a pas de danger particulier. Si ce n'est pas le cas, il sera facile aux groupes de pression de les faire changer ! Nous devons donc parfaire nos règles avant de songer aux Jeux Olympiques.

Revenons sur l'esprit du Karaté. Quel doit être l'état d'esprit du pratiquant ?

Le point de départ est le contrôle de soi. Notre entraînement prend corps dans la répétition des techniques. Apprendre à maîtriser les techniques, c'est apprendre à se maîtriser soi-même. L'enchaînement des répétitions et la persévérance, face aux difficultés, permettent de renforcer le contrôle de l'esprit et du corps. En prenant conscience de ce contrôle, le karatéka gagne confiance en soi et stabilise ses émotions. Cela peut sembler assez théorique, mais telle est la voie à suivre.

Comment cela se traduit-il au moment du combat ?

En combat ou à l'entraînement, l'état d'esprit devrait être le même. En Budo, l'entraînement, la protection de soi, le combat et la victoire forment un tout. Mais il faut se rappeler la finalité du Budo, qui est la victoire sans combat. Le combat est réellement vulgaire. L'esprit du Budo, c'est la victoire du combat mental. Concrètement, au fil des années d'entraînement, nous apprenons progressivement à générer une grande puissance à partir de mouvements de plus en plus courts... pour en arriver, idéalement, au point où l'adversaire est neutralisé sans mouvement. Contrôler l'adversaire sans combat.



Une partie de l'équipe de la FSKAM aux côtés de Sensei Nishiyama à Paris

Sensei, au cours de votre séminaire vous avez développé plusieurs images mentales, tel que le centre de contrôle duquel sont générées les actions corporelles. S'agit-il seulement d'images mentales ou ont-elles une réalité "physique" ?

Se représenter mentalement des actions permet de les réaliser plus efficacement le moment venu. En quelque sorte, le corps "apprend" ces actions, de même qu'il apprend les techniques lorsqu'on les répète encore et encore à l'entraînement. Les images mentales permettent donc d'améliorer notre efficacité. Direction mentale, respiration et action corporelle sont les composantes indissociables de chaque technique.

Sensei, quel serait votre conseil aux débutants ?

N'abandonnez pas ! Il est parfois difficile de bien comprendre le sens de l'entraînement. D'autres perdent courage face au long chemin à parcourir. Il est fort utile de se donner des objectifs à court terme : je veux maîtriser tel coup de pied, tel Kata. Petit à petit, le pratiquant progressera en se fixant sans cesse de nouveaux challenges.

Et pour les gradés ?

N'oubliez pas que le corps et l'esprit forment un tout. Continuez à progresser sur les deux plans et développez l'harmonie.

Auriez-vous également un conseil pour Sensei El Marhomy ?

Question difficile... Il y a beaucoup de conseils (*rires*) ! Plus sérieusement, j'ai passé beaucoup de temps dans ma vie à instruire, et j'ai réalisé que lorsque l'on enseigne, c'est l'étudiant qui est notre instructeur. Il est très important pour tous les instructeurs d'observer les étudiants et de savoir se remettre en question lorsque le résultat n'est pas satisfaisant. Les étudiants sont des miroirs. Ils apprennent essentiellement par les yeux et par les oreilles, donc si quelque chose ne va pas, ou bien mes positions ne sont pas les bonnes, ou bien je n'ai pas su expliquer correctement !

Pour terminer, pensez-vous Sensei qu'il soit souhaitable ou utile pour les pratiquants de s'intéresser à d'autres voies que le Shotokan ?

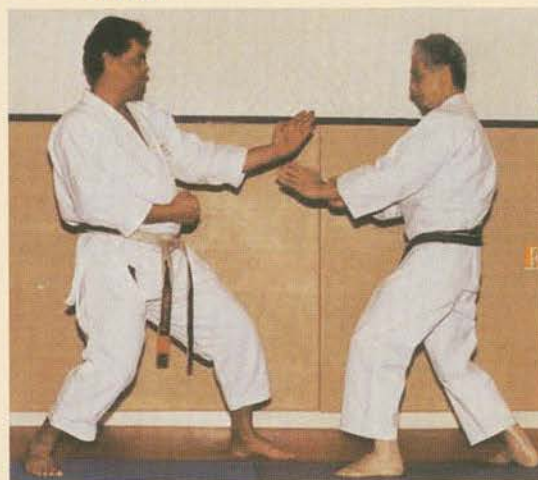
Il est toujours enrichissant de regarder autour de soi ! Mais avant cela, il est important de progresser dans son propre style, et développer une connaissance et une compréhension profonde de notre système. Alors seulement est-il possible de s'intéresser aux autres disciplines et de les "digérer". Sinon, on risque plutôt l'indigestion !



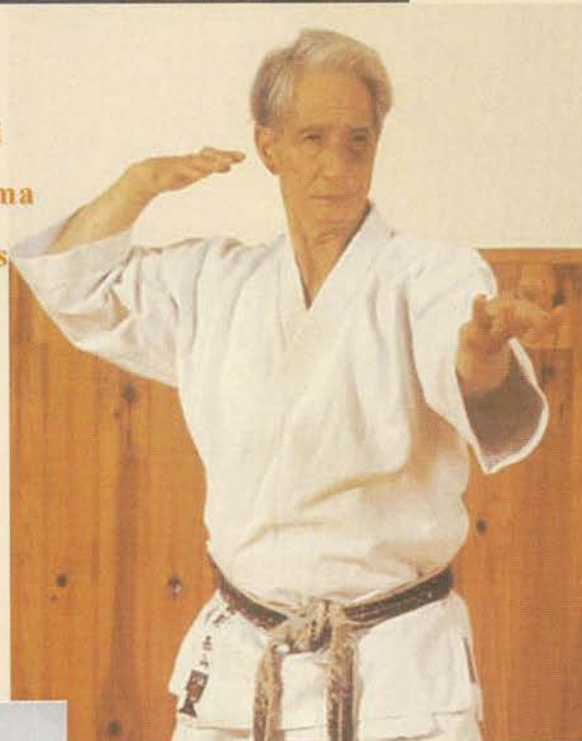
Propos recueillis
par François
Carlot



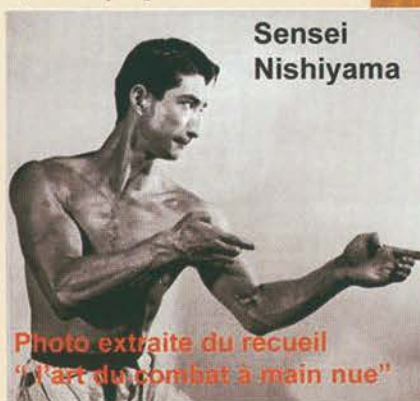
Sensei
Nishiyama
face à
Sensei
El Marhomy



Sensei
Nishiyama
à Paris



Sensei Nishiyama et Sensei
Kanazawa



Sensei
Nishiyama

Photo extraite du recueil
"l'art du combat à main nue"



Sensei Kase et Sensei
Nishiyama

Saoud Toufik récompensé pour son titre de vice champion du monde

Les futurs GRANDS champions récompensés par l'OMS



Les parents de Saoud Toufik



Remise de la médaille à Saoud Toufik par Mme Kaufman



A la suite de son titre de Vice champion du monde ITKF, l'athlète Saoud TOUFIK a été reçu au salon d'honneur par le Député maire du 20^{ème} arrondissement M. Charzat, par Mme Kauffman Nathalie Maire adjointe Chargée des sports, Conseillère générale et Présidente de la commission Sport, ainsi que M. Blandin Thierry Président de l'OMS. A cette occasion, il lui a été remis la médaille de la ville gravée en son nom et la coupe de l'OMS.

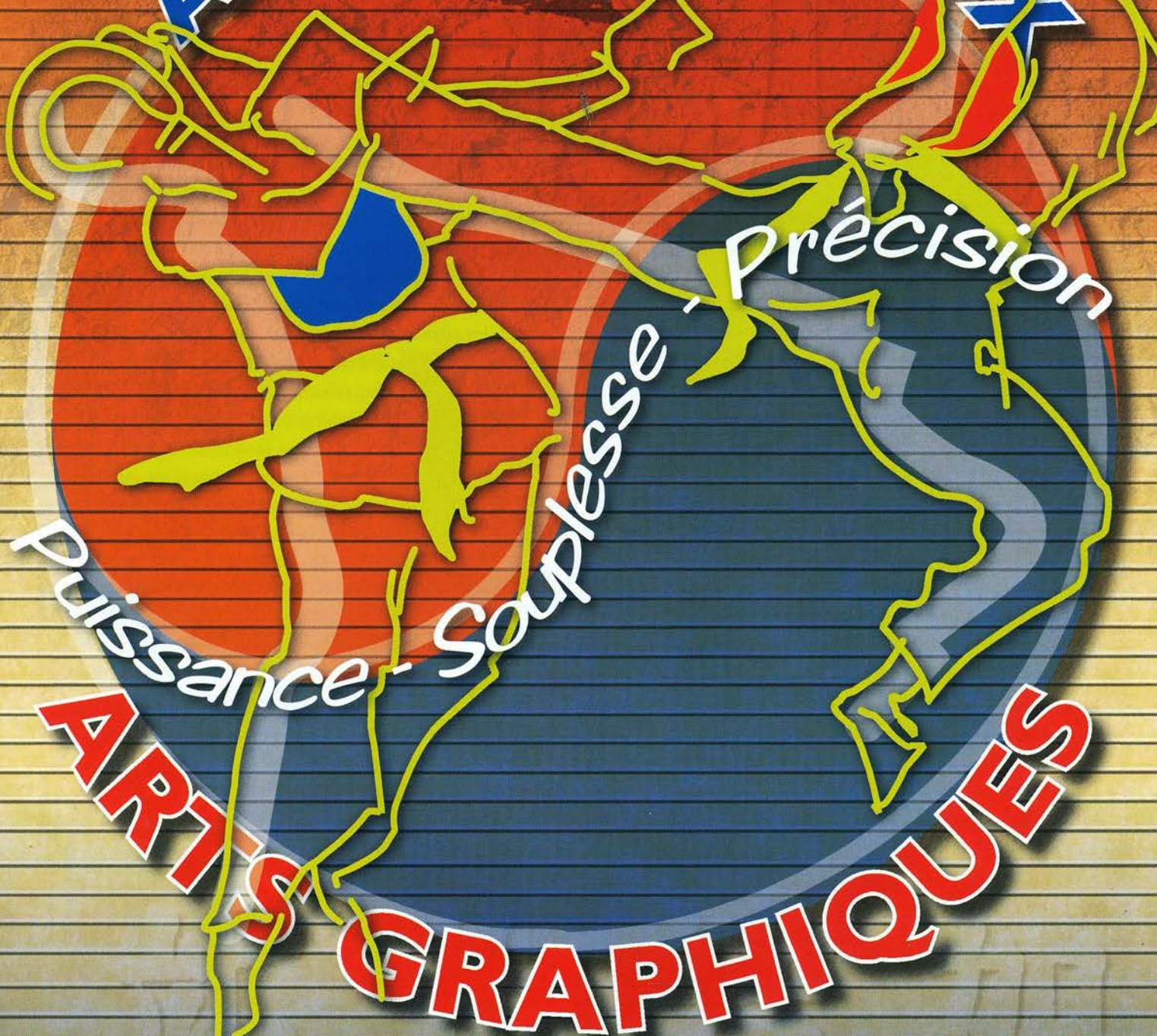
Les athlètes qui ont eu des titres courant la saison sportive 2003/2004, ont tous été récompensés par un trophée de l'OMS. Félicitations à tous nos grands champions !!!!



Mme Kaufman, M. Blandin et M. Charzat



ARTS MARTIAUX



ARTS GRAPHIQUES

Presse



et
ffset

N

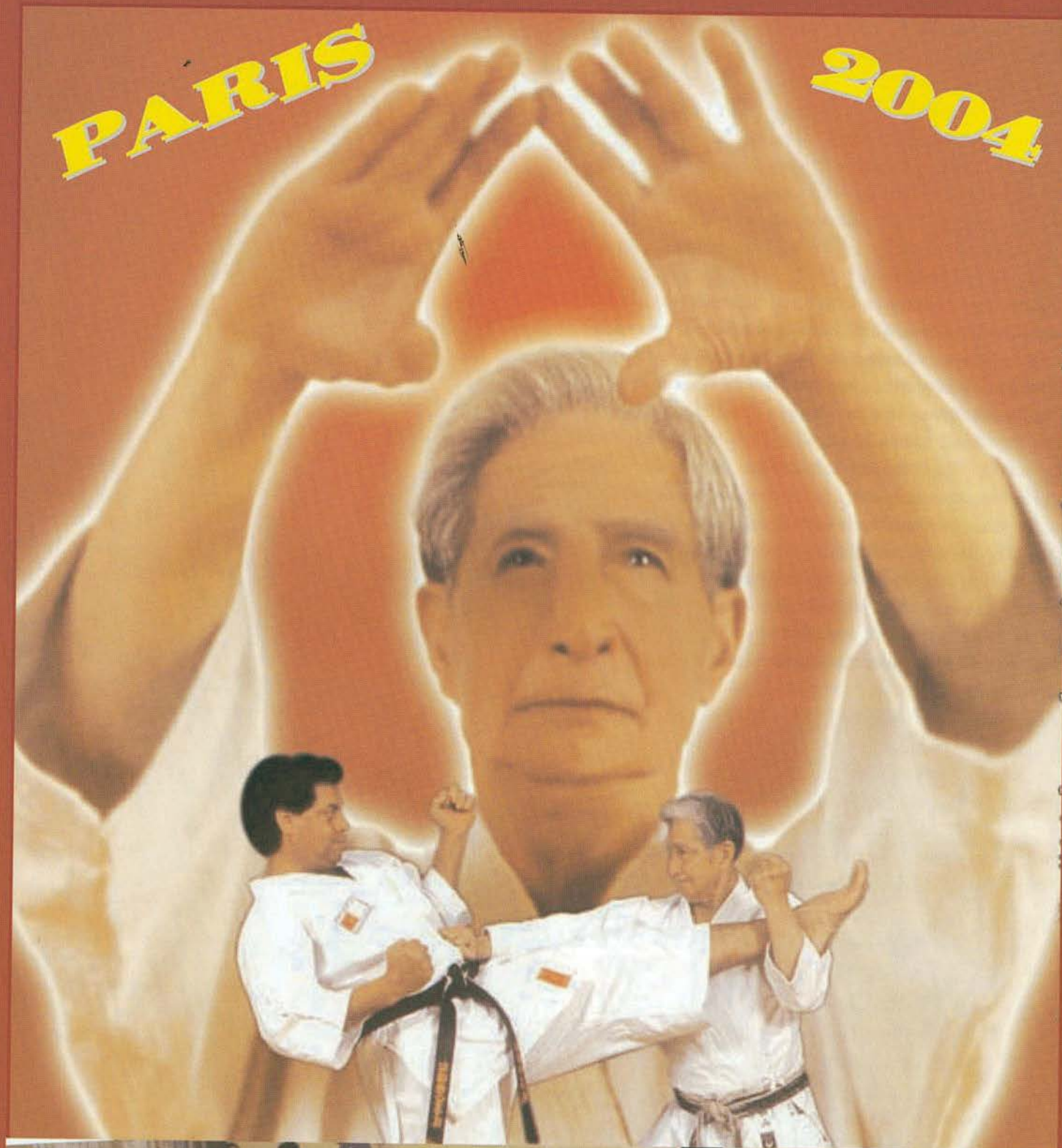
umérique

du
Sud

11^{ème} STAGE INTERNATIONAL de KARATE TRADITIONNEL tous styles

PARIS

2004



Les 4 et 5 Décembre 2004 s'est déroulé à PARIS, le 11ème Séminaire International de Karaté Traditionnel tous styles, organisé par la FKTAMAF (Fédération de Karaté Traditionnel et Arts Martiaux Assimilés en France) dirigé par SENSEI HIDETAKA NISHIYAMA, Ceinture noire 9ème DAN et Président de l'ITKF (Fédération internationale de Karaté Traditionnel).

Plus de 200 participants étaient au rendez vous. Toutes les régions de France étaient présentes. Au niveau international, 15 pays ont répondu présents dont L'Egypte, la Grèce, la Palestine, l'Algérie, la Macédoine, l'Angleterre, l'Allemagne, la Suisse, le Portugal, la République Tchèque, le

Turkménistan, l'Espagne, la Tunisie, l'Israël et l'Inde. Sensei EL MARHOMY Ibrahim, directeur technique FKTAMAF nous a dit : "Sensei Nishiyama tout au long du séminaire est revenu sur les bases fondamentales du karaté en tant qu' art Martial. Sensei Nishiyama a expliqué la dynamique du corps et les origines des techniques du Karaté Traditionnel. Il a insisté sur le fait que le kata est la base du kumité et des kihons et que par conséquent pour toutes actions, il faut commencer par une pression, pour avoir une réaction et exécuter la technique.

Toute exécution d'une technique est liée à une réaction qui vient du " Hara " (le centre) avec une expiration."

En ce qui concerne la réaction, Sensei El Marhomy a expliqué qu'elle doit être une réaction nerveuse non cérébrale. Car si la décision transite par une analyse du cerveau, le temps de réaction est trop lent. En Karaté Traditionnel, l'action est liée à la pression pour avoir une réaction, pour exécuter la technique

Quelques recommandations de Sensei NISHIYAMA :

- 1) Une bonne posture permet aux pratiquants de Karaté Traditionnel de développer leur corps sans se blesser .
- 2) Une bonne posture assure la sécurité physique du pratiquant.
- 3) Le Uke Waza(technique de blocage) doit être basé sur une rotation sèche et rapide pour faire sortir l'attaque tout en restant dans l'axe.
- 4) Le Geri Waza (technique de jambe) doit être accompagné du balancement du bassin.
- 5) Il faut respecter le mouvement du corps en exécutant les techniques pour éviter des blessures au corps.
- 6) Pour toute exécution d'une technique, on commence par le pied, le corps, enfin la technique.

A la fin du stage a eu lieu une remise de trophées pour les pays participants, et pour Sensei NISHIYAMA.

Le stage s'est très bien déroulé dans une ambiance à la fois sérieuse et conviviale.

Les dates pour l'année prochaine sont le Samedi 2 et Dimanche 3 Décembre 2005.

A NOTER sur vos calendriers et à ne pas manquer !



Egypte



Délégations anglaise et palestinienne



Délégations de Macédoine et de Grèce



Délégation du Portugal



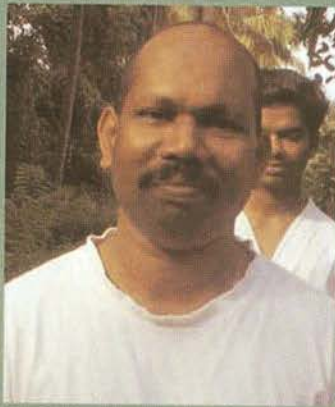
PARIS

4 et 5 Décembre 2004

LE KARATE EN INDE

SENSEI V.K. SASI, île de Vypeen

La question du transfert des connaissances martiales est centrale en Karaté Traditionnel. Nous pensons bien sûr à l'immense tâche à laquelle s'est confrontée Sensei Nishiyama lorsque dès 1985, il décide d'imprimer de façon décisive l'esprit traditionnel du Budo dans son enseignement au sein de l'ITKF. Pour lui comme pour tous les grands maîtres japonais qui ont essaimé, faire passer à partir de la langue d'origine, à l'échelon international, des notions de techniques de corps tels que Zenchin, Gonosen, Tainosen, etc..., propres au domaine culturel japonais, n'a pas dû être une tâche aisée. Or, ces notions qui ont voyagé, ont été perçues et pratiquées dans des cultures d'accueil quelquefois éloignées du Japon. En Inde du sud par exemple, où les adeptes sont très demandeurs de techniques martiales. Dans de tels cas, concernant les processus de transmission, il existait déjà, des principes traditionnels autochtones de la culture d'accueil - ici, le Kérala, demeurés intangibles depuis fort longtemps. Ils donnent aujourd'hui une tonalité différente à l'application du Karaté.



Todomé : Pouvez-vous décrire votre parcours pour notre magazine ?

Sensei V.K. Sasi: J'ai commencé l'étude de la forme de Karaté Shito Ryu, du grand maître Fumio de Mora, en 1978, sous la direction des maîtres indiens Allan et Thillal, à Ernukulam, et à Madras dans l'Etat du Tamil Nadu. Dès son apparition au

Kérala, le Karaté a attiré les jeunes gens d'origine populaire. A l'époque, je montrais ma force en cassant des piles de briques dans des exhibitions publiques. J'ai évolué depuis, et j'ai médité les règles du Budo. J'ai pensé qu'un changement radical dans la pratique du Karaté était nécessaire dans notre pays. Ici, les tournois de Karaté se terminaient invariablement en pugilats. Les combats déclenchaient des rivalités dans un public, et des affrontements épiques. Les adversaires avaient du mal à se maîtriser à cause du manque de règles d'arbitrage. 1989 fut l'année où j'ai coupé les ponts avec toute sorte d'organisation locale, nationale ou internationale. J'ai fondé ma propre école de Karaté. Il est important que l'art martial soit d'abord *affilié* à ce qui est le propre de l'homme.

Quelle est la taille de votre école ?

Mon école est basée dans ce village de l'île de Vypeen. J'enseigne environ un millier d'élèves dans tout le Kérala, et jusque dans le Tamil Nadu. J'ai formé une dizaine de sempais. Les cours sont journaliers. J'assure un cours avancé par semaine aux sempais, et un cours aux débutants.

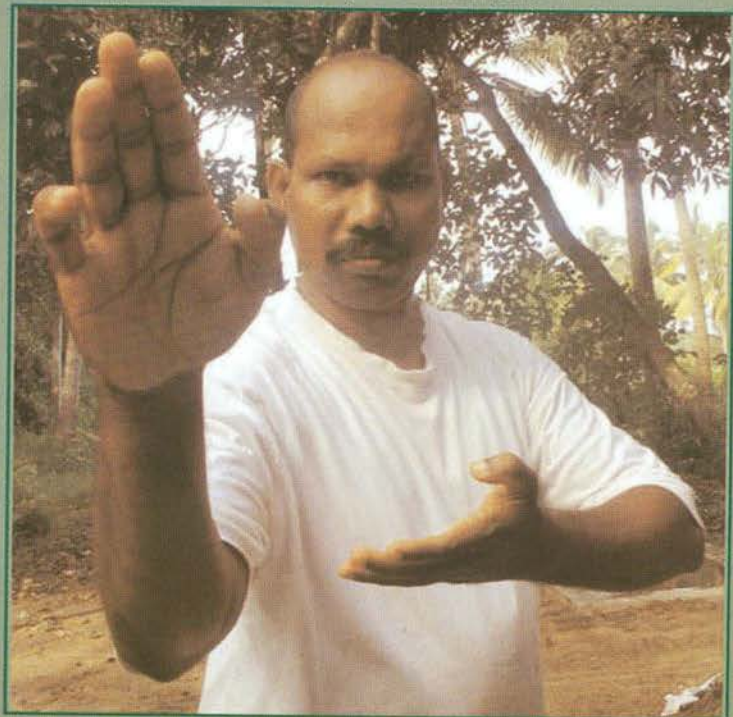
Avez-vous entrepris de réformer le Karaté ?

Je n'ai rien changé des techniques de base données par Maître Funakoshi. Si l'on étudie l'évolution historique des arts martiaux, on remarque que les méthodes anciennes de combat sont inspirées de l'observation du règne animal. Dans le domaine des armes, des réformateurs tel que Maître Funakoshi ont fait basculé les pratiques martiales vers de nouveaux horizons. Par exemple, pour ce grand maître, en écartant l'usage manuel de

l'arme, Funakoshi a su ouvrir un nouveau champ d'exploration aux méthodes de combat pieds et mains.

Quelle est la base votre méthode ?

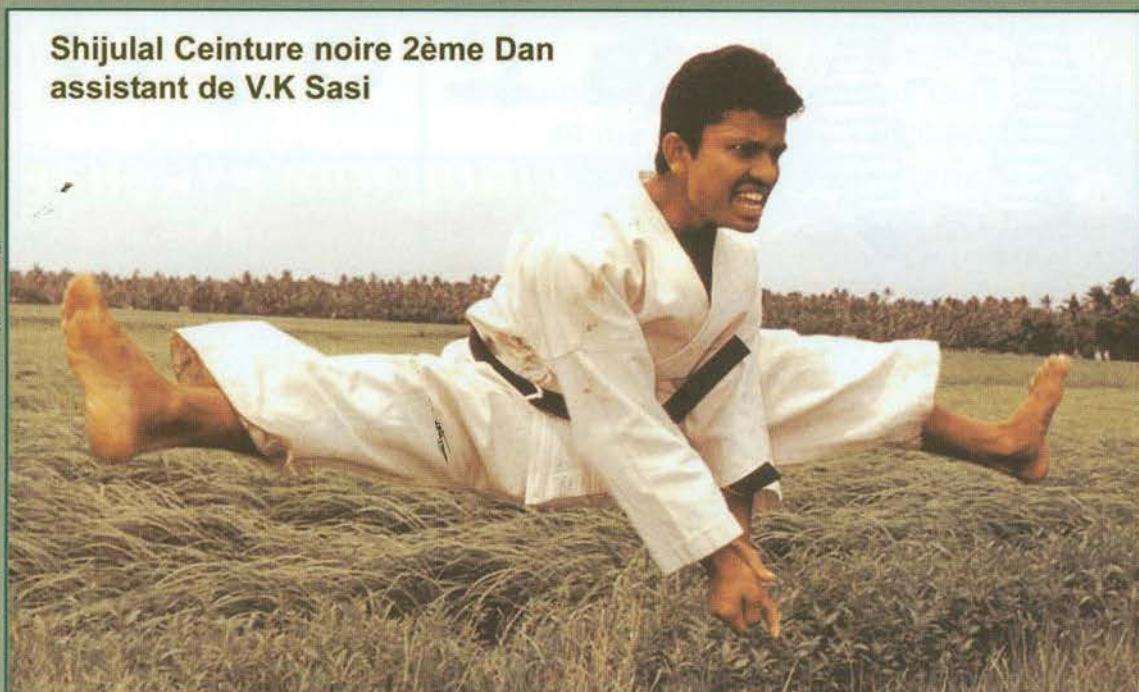
Actuellement, le Karaté évolue grâce à l'étude physique et psychophysiologique du geste martial. Dans le règne animal, le combat, l'agression sont des faits constants et régulateurs de la biologie. Chez l'homme, le fait de l'agression est plus exceptionnel; il faut cependant que le geste reste efficace. Il est important que celui qui se bat ait accès à un mode d'action physique coupé de la réflexion. Le combattant doit être animé d'un esprit non réflexif (*"unconscious mind"*). L'état de conscience réflexif est temporaire et relatif. L'esprit non réflexif est beaucoup plus fort, plus premier. Il est branché sur ce qui manifeste l'identité réelle de la personne. L'inconscient recèle à cet endroit une source de force incroyable. Pour l'homme comme pour l'animal, il y a cette propension à l'auto-réalisation (*"self realization"*) qui, chez l'homme, supprime largement la recherche de connaissance intellectuelle. J'appelle cette propension à l'auto-réalisation, *"l'atmanjanam"*, de *"atman"* - le soi; *"janam"* - réalisation; l'autoréalisation.



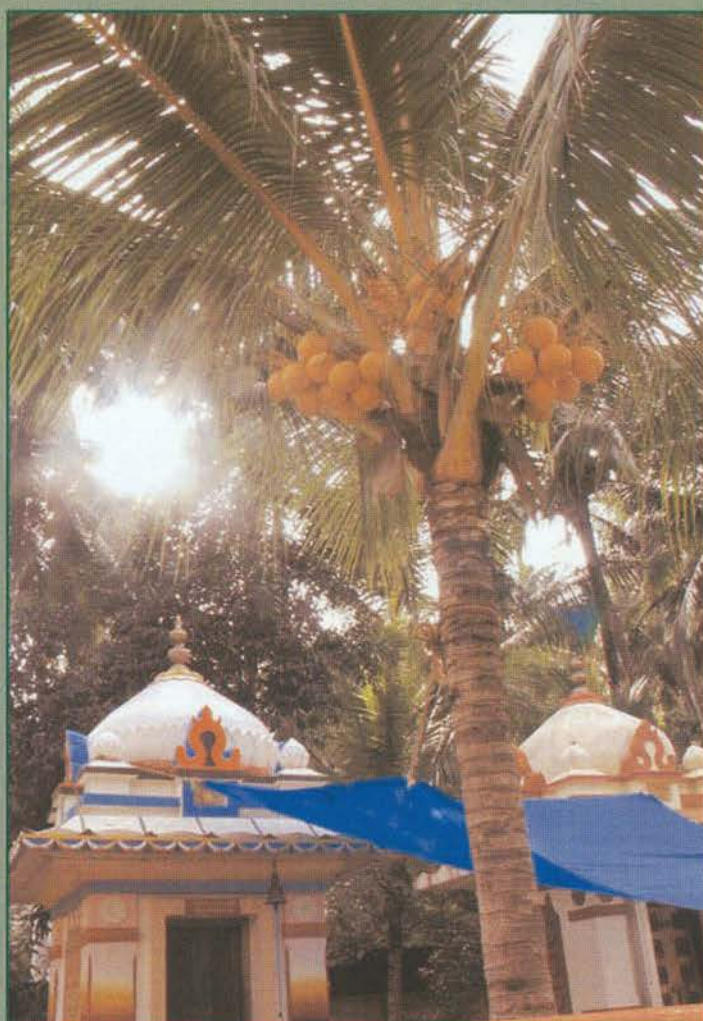
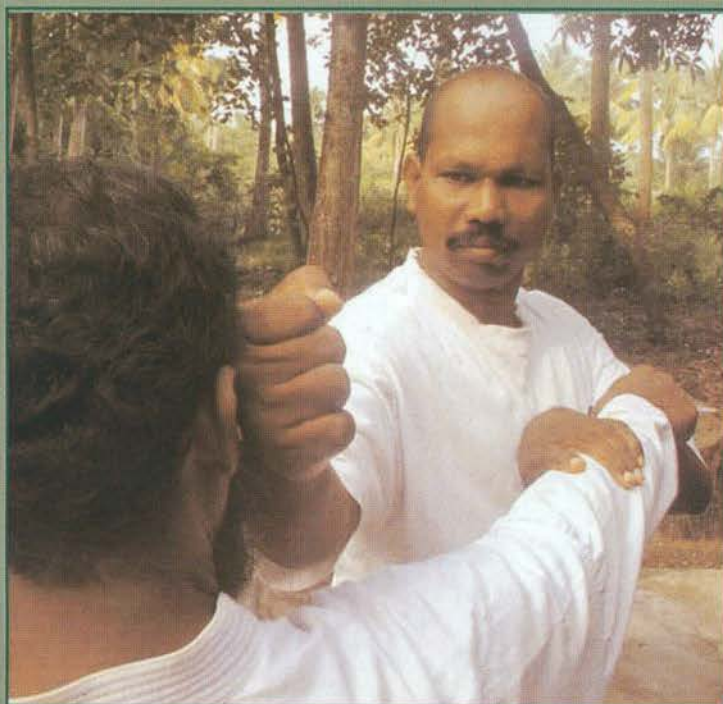
L'*atmanjanam* est à mon avis, le domaine psychophysiologique de référence des arts martiaux. Il concerne le ressenti, les sensations, les sens. Le guerrier devrait ne se fier qu'à ça. Réaliser fondamentalement ce que l'on est - manifester les vertus du guerrier - n'exclut pas cependant le besoin de s'ouvrir au monde, d'apprendre et d'évoluer ; c'est une vocation propre au genre humain.

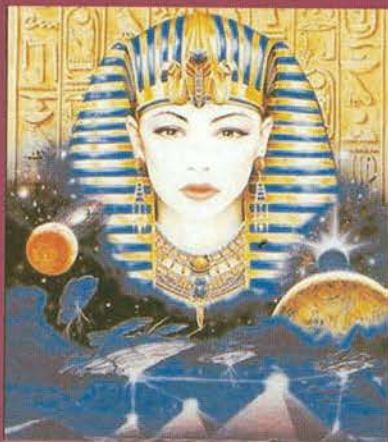
Lors du passage de la transmission de la technique, le maître sait que l'élève débutant des arts martiaux ne peut pas ou ne sait pas créer une vision claire de la situation de combat. Le maître est celui qui apprend à percevoir cette situation. L'élève ne sait pas non plus quels moyens techniques mettre en oeuvre. Il peut s'en référer à celui qui sait et il devrait s'en remettre totalement au jugement du maître. Dans notre culture, nous disons que l'élève doit pour cela *aimer le maître*, au sens indien du mot *aimer* dans le contexte particulier des transmissions "guru"-élève, comme on dit que *l'enfant aime une mère*. L'esprit de l'élève peut se développer plus librement, puisqu'il travaille constamment en état d'ouverture totale sous un regard vigilant, expert. Entre le maître et l'élève circulent des informations qui dépassent le simple niveau du conscient. Ce chemin vers la connaissance martiale exacte, je l'appelle "**Véda Mura**" - de "*véda*" - connaissance ; "*mura*" - exacte ; connaissance exacte. **Propos recueillis par Marc LAMBERT**

Shijulal Ceinture noire 2ème Dan assistant de V.K Sasi



Adresse : Puthuvaip, P.O. Kochi, 682 508, Kérala, India,
Mobile 944 71 722 90. Home : 04 84 250 22 80.
Email : anithavenu002@yahoo.co.in





R E G I O N S

LIGUE MIDI PYRENEES

Dimanche 16 janvier 2005 se déroulait à Souillac la 2^{ème} coupe de ligue de Karaté Traditionnel à l'issue de laquelle 20 karatekas ont été sélectionnés pour participer à la Coupe nationale FKTAMAF à Paris. Près de 50 jeunes karatékas âgés de 7 à 13 ans ont participé en Kata individuel et par équipe et Enbu hommes et mixte et pour les benjamins FUKU GO. Les 20 karatékas sélectionnés sont:



Poussins: Sourzat Victor, Dérémy Adrien, Dérémy Pierre, D'haena Mélissandre. **Pupilles:** Le Hérissé Maelle, Couffin Océane, Berrez Anais, Jarmelo Océane, Cousteau Nicolas, Yong Marvin, Lerch Dylan et Yong Bradley. **Benjamins:** Cohiniac Amandine, Bialgues Cynthia, Dérémy Anais, Breton Naomi, Rougier Lilian, Pezt Valentin, Lelarge Matthieu et Roldes Kévin

Stage régional de ligue dirigé par Senseï El Marhomy Directeur technique FKTAMAF le samedi 12 et dimanche 13 mars 2005.



Résultats de la coupe

régionale de ligue Midi Pyrénées enfants qui s'est déroulée le samedi 2 Avril 2005 sont: Kata individuel catégorie d'âge

poussins/pupilles filles: 1er Couffin Océane, 2ème Berrezkallal Anais,

3ème Jarmelo Océane et 4ème Fabre Mélanie. Pupilles garçons: 1er

Ravillard Pierrick, 2ème Millet Maxime et 3ème Jarmelot Anthony.

Benjamins filles: 1er Cohiniac Amandine, 2ème Bialgues Cynthia,

3ème Guenin Déborah et 4ème Mosse Morgane. Benjamins garçons:

1er Rougier Lilian et 2ème Lelarge Matthieu. Minimes filles: 1ère Guenin

Marina et 2ème Guenin Jodie. Minimes garçons: 1er Cueli Fabien, 2ème

Olivier André et 3ème Haurat Edouard

FUKU GO benjamins filles: 1er Bialgues Cynthia, 2ème Guenin Deborah,

3ème Mosse Morgan et Cohiniac Amandine. Benjamins garçons: 1er Rougier Lilian et 2ème Lelarge Matthieu.

FUKU GO Minimes filles: 1ère Guenin Jodie et 2ème Guenin Marina. Minimes garçons: 1er Olivier André, 2ème Cueli Fabien et 3ème Haurat Edouard.



Senseï El Marhomy, M. Boutin Jean Claude, Maire adjoint Chargé des sports, qui a remis une coupe de la ville, M. Tramecon Gérard et M. Linard

LIGUE EST

Stage régional de ligue dirigé par Senseï El Marhomy Directeur technique FKTAMAF le dimanche 6 février 2005 à Verdun Un grand merci à Thierry pour un samedi inoubliable !!!



M. Serres et madame la maire adjointe chargée des sports de Verdun remettent à Senseï El Marhomy, la coupe de la ville



Adultes

CALENDRIER SPORTIF

MAI 2005

Dimanche 15

International Traditional Karate Federation

STAGE DE KARATÉ TRADITIONNEL

organisé par la ligue Sud-Est FKTAMAF et dirigé par Sensei Ibrahim El MARHOMY 7ème Dan I.T.R.F.
Directeur Technique de la F.K.T.A.M.A.F.

Dimanche 15 Mai 2005

Au dojo du Val de l'Arc

Chemin des Infirmeries

à Aix en Provence

de 10H30 à 12H30

et 14H00 à 16H30

Kihon Kumite, Kata

Techniques d'arbitrage

Examen CN à 16H45

Contact: Emmanuel

Ramanantsalama - 06.08.71.14.70 ou

04.42.20.13.98



Stage régional de Karaté Traditionnel à Aix en Provence

Renseignements:

Monsieur

RAMANANTSALAMA

Tél: 06 08 71 14 70 ou

04 42 20 13 98

Dimanche 22 Coupe régionale de ligue EST

à VERDUN

Pour recevoir des invitations.

Téléphonez

au 03 88 54 23 79



Samedi 28 Stage National enfants Canaris, Poussins, Pupilles et Benjamins

Gymnase de la Bidassoa- PARIS

Dimanche 29

Coupe de Paris et de sa région

Kata ind. et équipe, ENBU homme/mixte

Gymnase de la Bidassoa- PARIS

JUIN 2005

Samedi 4 et Dimanche 5

26ème Championnat d'Europe ETKF à Malte

Dimanche 12 Stage adultes Dojo FSKAM

46 rue des Rigoles 75020 PARIS

Du Vendredi 17 au Dimanche 19

Sensei Nishiyama en ISRAEL

renseignements

par mail auprès de Monsieur Nir:

eyal.nir@polycom.co.il

Dimanche 26 Stage enfants (Fin d'année)

FSKAM à PARIS

JUILLET 2005

Du samedi 15 au vendredi 22

42ème

Séminaire

International

ITKF-

USA

San Diego

Dirigé par Sensei Nishiyama



AOÛT 2005

Du 31 Juillet au 7 Août

14ème Stage International à Souillac dans le

LOT - Formation instructeurs et arbitrages

DECEMBRE 2005

Du Samedi 3 au Dimanche 4

12ème Séminaire International de

Karaté Traditionnel Tous styles à

PARIS

DIRIGE par SENSEI NISHIYAMA

ABONNEMENT au MAGAZINE TODOME

Abonnement pour 4 magazines

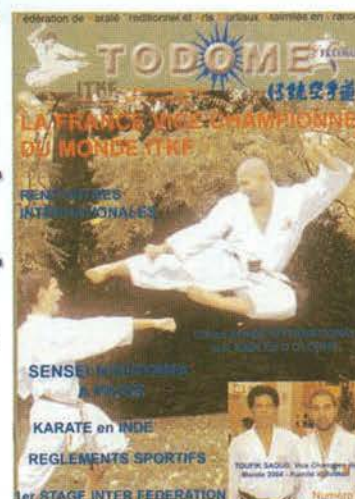
Nom/prénom:

Adresse complète:

Prix 12€ (les 4 magazines), chèque à l'ordre de la FKTAMAF

Signature:

FKTAMAF, 50 rue des Rigoles 75020 Paris



BONNES ADRESSES

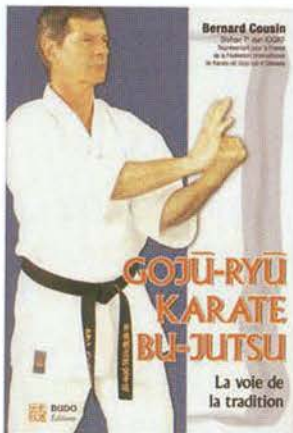


BUSHIDO

Monsieur Armand CHEN
19 rue des Oeillets
85340 OLONNE SUR MER
Tél: 02 51 90 88 41

BUSHIDO KARATE CLUB

Monsieur Jean-Luc FONTAINE
16, Place Amédée Bouis
83490 - LE MUY
Tél: 06 24 26 18 95



UNION FRANCAISE PRO-DEFENSE 71

Monsieur DEMEUSOIS Thierry
4, rue de Paris 71400 - AUTUN
Tél: 03 85 52 73 41

SHOTOKAN RYU KARATE DO

Monsieur MARCOU Claude
325, Avenue des Jardins Estelle
13090 - AIX EN PROVENCE
Tél: 04 42 57 78 97

SHOTOKAN KARATE CLUB d'ARTRES

M. FOURNEAUX
19, Résidence à TOUT VENT
59269 - ARTRES
Tél: 03 27 27 18 65

BISSY KARATE CLUB

Monsieur MION-BAILON
50, rue de la Charve
73000 - CHAMBERY
Tél: 04 79 62 25 21

SHIN TORII RYU

Monsieur BELLEÏ Bernard
Zone Artisanale de la Burlière
Route de Puyloubier
13530-TRETS
Tél: 04 91 79 28 52

A.S.A.M

Monsieur SANDRAL LASBORDES
Le Bel Ormeau-Bât B 1 Avenue Jean-Paul
Coste 13100-AIX EN PROVENCE
Tél: 06 08 71 14 70

Pour commander !!
Budo Editions
Tél: 01 64 24 70 38
Fax: 01 64 24 72 22

CLIN D'OEIL INTERNATIONAL



Etats Unis



France-Suisse



Souvenir-souvenir



Colombie - France



Pologne, Ukraine et Lituanie



Allemagne- Pologne-France-
Argentine - Costa Rica



Le Portugal lors du
Trophée international à
Paris



Macédoine

Grèce



M. Stuparu, Président de la
Fédération Roumaine à Paris



Sénégal



Sensei Nishiyama aux Etats Unis, à Washington chez M. Tabassi

PAGE F.K.T.A.M.A.F



Fascicule d'arbitrage	23€
Fascicule instructeur	23€
Diplôme KYU Enfant et Adulte traditionnel 100 exemplaires	31€
Ecusson FKTAMAF	4€
Ecusson instructeur	10€
Poster de Sensei Nishiyama	3€
Poster ITKF	4€



AFFILIATION CLUB	100€
AFFILIATION LIGUE	50€
PASSEPORT	30€



95 € CN personnalisé
Karaté Traditionnel (Japonais)
FKTAMAF
NOM (personne en Japonais)



Taille: S/M/L/XL
Prix: 10€

OFFSEC 27
SPECIALISTE DES IMPRIMÉS SPORTIFS

Devis GRATUIT sur simple demande
par téléphone, fax, e-mail

10% de réduction
sur les commandes
de 50 € ou plus

DIPLOMES
POSTERS
LICENCES
CARTES DE CLUB
AFFICHES
LIASSES

POUR LES PUBLICATIONS ET COMMUNICATIONS
ENVELOPPES POUR MAILLONS - IMPRESSIONS OUTILS A SEC. POUR RESERVES LIGUE
CALENDRIERS - COMPTES RENDUS - FLETTING - IMPRESSION 3D

25, rue Chapuis - 75018 Paris - Tél: 01 42 54 85 95 - Fax: 01 42 54 73 06 - E-mail: offsec27@wanadoo.fr

FSKAM El Marhomy
France Shotokan Karaté Arts Martiaux
Association agréée par le ministère de la jeunesse et des sports

Professeurs de haut niveau
Sous la direction de S. I. EL MARHOMY
Diplômé d'état, E.P.S. (éducation physique et sportive)
et I.T.K.F.

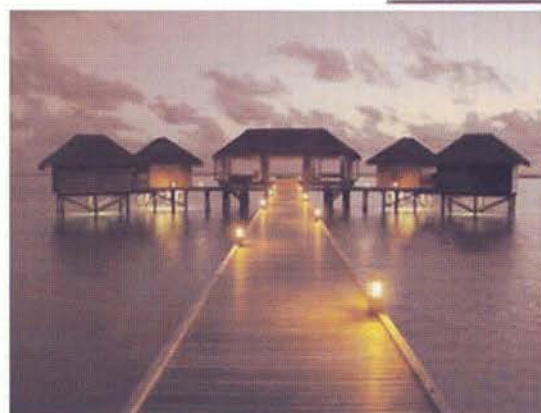
7ème DAN ITKF
élève de Sensei
NISHIYAMA.
9ème DAN, Chairman
de l'ITKF
(International Traditional
Karate Federation)

Directeur Technique
F.K.T.A.M.A.F
(Fédération de Karaté Traditionnel
et Arts Martiaux Assimilés en France)

KARATE TRADITIONNEL
KUNG FU
VIET VO DAO
AIKIDO
TAE KWON DO
JUDO/JUJITSU
GYM. ENTRETIEN
KARATE EVEIL
(à partir de 4 ans)

cours: ENFANTS,
ADOLESCENTS
ADULTES
Cours d'essai gratuit
Musculation gratuite pour tous
les adhérents adultes

46 rue des Rigoles 75020 PARIS
M° Jourdain (ligne 11)-bus 26 (jourdain)
ouvert: lundi au samedi de 10h à 22h
Tél: 01 47 97 20 20 Fax: 01 47 97 25 54
site: <http://fskamelmarhomy.free.fr>



DOJO KUN

- 1- Cherchez la perfection du caractère
- 2- Soyez fidèle
- 3- Soyez constant dans l'effort
- 4- Respectez les autres
- 5- Retenez toute conduite violente

Le Dojo Kun se dit
au début et à la fin
du cours pendant le Seiza

F.K.T.A.M.A.F

International Traditional Karaté Fédération
ITKF

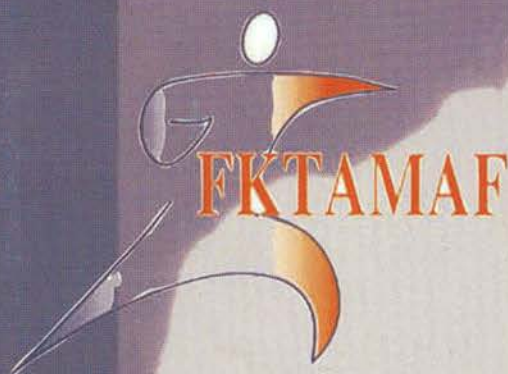
传统空手道

KARATE TRADITIONNEL

伝統空手道

ITKF

International Traditional
Karate Federation



Fédération de Karaté Traditionnel et Arts Martiaux Assimilés en France

50 rue des Rigoles 75020 Paris Tél: 33 (0)1 47 97 20 20 Fax: 33 (0) 1 47 97 25 54

Site: www.fktamaf.com e-mail: fktamaf@wanadoo.fr