Ces entraînements s'adressent aux Ceintures Noires et aux postulants au 1er Dan. Les autres élèves sont bien entendus bienvenus, mais l'on pratiquera exceptionnellement en deux ateliers distincts: Ceintures blanches et Ceintures noires. L'occasion est ainsi donnée d'aborder des mouvements sous un aspect plus réaliste, car les participants maîtrisent les chutes et l'on peut appliquer les techniques sans trop de retenue (raisonnablement tout de même). Des visiteurs d'autres Dôjô se joignent régulièrement à notre groupe pour ces cours qui sont toujours un moment très fort et très apprécié de tous.

Jeudi 15 avril Jeudi 20 mai Jeudi 17 juin 2010. L'expérience sera bien sûr reconduite en septembre!

A tous, je dis:

"Essayez d'en être !"