



Matinée

柔道
術

SENPAI – KOHAI

dimanche 03 avril

Dans la culture Japonaise le **senpai** est l'élève avancé et le **kōhai** le jeune élève.

Le senpai a un rôle de tuteur auprès du kōhai et de relais de l'enseignement du Sensei. En retour, le kōhai doit le respect au senpai.

L'esprit de gratitude du senpai envers un kōhai peut se résumer par cette seule pensée : « Merci de m'avoir permis de travailler aujourd'hui ». En retour, le kōhai sera heureux et de même, remerciera le senpai de son enseignement pour le gratifier.

**Stage encadré par Alexandre Rucel
6^e dan, membre actif du Kodokan**

Programme :

10h / 11h : Tachi waza - Ne waza
(techniques debout – sol)

11h / 12h : Initiation au **GO NO KATA** Kodokan

Participants :

A partir de la ceinture bleue

Coût :

10€ pour non-adhérents au Ryokan

