

## L'action au cœur du dojo lourdaï

Un vieux proverbe japonais dit : « # 不言実行 » **fugen jikkô**.

Ce qui veut dire « parler peu, mais agir », ou encore « plus d'actes et moins de paroles ».

Et c'est là que la dynamique dans laquelle s'est inscrit le dojo lourdaï prend toute sa valeur.

En effet, deux rencontres hors et intra département cette semaine viennent enrichir le goût de l'effort, du dépassement de soi, et de l'apprentissage étayant bien l'**ACTION**.

La première, a eu lieu le mardi 22 novembre dernier à Soumoulou. Une séance, digne d'un entraînement de masse, a regroupé les judokas de Nay, Soumoulou et de Lourdes sous la coupole de Daniel Bastereix l'entraîneur de Soumoulou. Jérôme Sénac, de Nay, a su à travers son expérience d'athlète de haut niveau se mettre à la portée de tous les judokas désireux de progresser et d'accepter de prendre des « galettes » (terme familier pour marquer la fin du combat par une victoire nette : ippon). La disponibilité et la générosité de cet athlète rendent encore l'échange enrichissant. Nous remercions les membres du bureau du judo club de Soumoulou pour le cocktail dînatoire offert après l'entraînement.

Nous les attendons de pied ferme à Lourdes.



De gauche à droite : Daniel Bastereix, Jérôme Sénac et Marc Galan

Quant à la deuxième rencontre, elle a eu lieu au sein du club le vendredi 26 novembre.

Nous avons reçu pour le plaisir de tous, les judokas d'Odos, accompagnés de leur entraîneur Moise Duchemin. La surface du tapis à la Coustète a nécessité un peu d'improvisation pour permettre d'absorber une quarantaine de judokas. Là encore l'implication de Moise Duchemin dans les randoris contribuait à l'émulation de cette séance.

Le randori pour les néophytes, est un travail en total liberté d'esprit, sans l'appréhension d'être projeté où les points ne sont pas comptés. Il est, en fait, le plus près de la vocation du judo, illustrée par la maxime « prospérité mutuelle ».

Un rafraîchissement post effort a permis le retour au calme.



Salut final avec le club d'Odos

Khalid BOUSSIF pour le dojo lourdais