



Projet Sportif 2022-2025

KENDO COURBEVOIE

BODIROGA Dusko | Président | 11 février 2022

PREAMBULE

Objet de ce document est de présenter le projet sportif de notre association KAÏSHIN KAÏ - KENDO COURBEVOIE pour les 3 années à venir.

Il servira non seulement à communiquer aux services des Sports et de la Vie Associative de la ville de Courbevoie nos ambitions pédagogiques mais également pour des futures demandes de subvention.

A ce jour notre association n'a fait aucune demande de subventions financières depuis sa présence à Courbevoie, comptant sur sa capacité de s'auto financer et son équipe de dirigeants et professeurs bénévoles.



L'ASSOCIATION DE KENDO – KAÏSHIN KÄI

Kaïshin Käi (littéralement en japonais "Progresser sur soi avec les autres") a été créé en 2007 à Paris XXème puis s'est déplacé à Courbevoie en 2010, profitant de relations personnelles existantes avec l'ancien Maire Adjoint délégué aux Sports et le désir de ce dernier d'avoir une nouvelle section d'Arts Martiaux au sein de sa ville. Depuis lors, nous bénéficions de la bienveillance de son équipe des Sports et la qualité des installations sportives proposées.

Le club pour la saison 2017- 2018, a connu une inflexion stratégique par un doublement du nombre de pratiquants de kendo pour atteindre 40 adhérents.

Ce doublement, fruit d'une complète refonte de l'organisation de l'association et résultat d'une forte volonté de développement : changement de Présidence et du Comité Directeur, augmentation du nombre d'enseignants, refonte du site internet, investissement dans des films promotionnels et actions de communications et de co-organisation d'événement avec la Mairie et le CNKDR.

Aujourd'hui en 2022, nous comptons 50 adhérents malgré la période de Covid-19 qui a lourdement impacté notre discipline qui a vu une chute des inscriptions à l'échelle nationale de 30 %.

Notre ambition est de doubler à horizon de 2025 le nombre d'adhérents en ouvrant notre discipline aux enfants de moins de 16 ans, en attirant toujours plus de nouveaux pratiquants y compris les ceux en situation de handicap tout en veillant à faire croître le taux de courbevoisiens à plus de 80% (actuellement à 50%) et en doublant le % de femmes pratiquantes (actuellement de 15%).



LES DIRIGEANTS – KAÏSHIN KÄI

Dusko BODIROGA : Président

Fabien CARLETTO : Trésorier

Sébastien GARES : Secrétaire

Les professeurs



Fabien CARLETTO

3^{ème} Dan de Kendō

3^{ème} Dan de Chanbara

Titulaire du BFEK de Kendo



Fabien LIM

3^{ème} Dan de Kendō

1^{er} Dan de Chanbara

Titulaire du CFEB de Kendo



Dusko BODIROGA

3^{ème} Dan de Chanbara

2^{ème} Dan de Kendō

2^{ème} Dan de Judo/Jujitsu

Titulaire du CFEB de Kendo et Chanbara



Sébastien GARES

2^{ème} Dan de Kendō

Titulaire du CFEB de Kendo

Titulaire du CAE-PSH

LE KENDO – UN ART MARTIAL JAPONAIS

Le Kendō (剣道 / 劍道, littéralement la “Voie du Sabre”) est une escrime pratiquée en armure et qui reprend les bases des techniques de combat du Kenjutsu, art martial pratiqué par les samouraïs pour s'entraîner à la guerre.

Le katana est remplacé par un sabre de bambou (le “shinai”) permettant des attaques sans retenue et sans aucun danger pour le partenaire protégé par l'armure. Les attaques de “taille” sont portées sur la tête, les poignets, le torse et “d'estoc” à la gorge. L'assaut se veut sincère et engagé.

Le Kendō se pratique à tous les âges, et les hommes et les femmes peuvent s'affronter sans distinction de sexe. On peut commencer le Kendō même à un âge avancé, il n'y a pas de chute et les risques de blessures sont minimes.

En compétition, la France est dans le groupe des cinq meilleures nations mondiales et leader européen avec un nombre très important de titres de Champions d'Europe.

LE KENDO – UN PROJET PEDAGOGIQUE, UNE PHILOSOPHIE DE VIE

Plus qu'un sport, le kendo est un art martial, un chemin de vie qui aigüise les sens et la personnalité du pratiquant, tout en lui apportant une bonne condition physique. Les valeurs morales et le sens de l'honneur sont mis en avant dans la pratique et les combats.

Les 7 vertus du guerrier

rectitude
courage
bienveillance
politesse
honnêteté / sincérité
honneur
loyauté

Les 5 clés de la santé

nutrition rationnelle
exercice régulier
repos efficace
bonne hygiène
attitude positive

Les 3 états d'esprit

Zanshin - présence / en alerte
Mushin - esprit clair
Fudoshin - équilibre émotionnel



N'ayons pas peur de le dire, le Kendo n'est pas de prime abord facile d'accès, il est même considéré comme élitiste. Élitiste de part une progression graduelle difficile comme le fait qu'il faille presque un an avant de pouvoir mettre l'armure pour des combats réels, avec protection bien entendu aux points d'impacts autorisés. Cette progression difficile fait que depuis sa création 40% des pratiquants abandonnent la première année. Ce qui nous pousse à redoubler d'effort chaque année pour de nouvelles adhésions. Peu accessible également par le fait que l'équipement (Tenue, armure et armes) nécessite un investissement d'environ 500 € en plus de l'adhésion de 330€ pour les courbevoisiens (360€ pour les non courbevoisiens).

Notre objectif pédagogique est de démocratiser cette discipline du sabre, afin qu'un plus grand nombre de pratiquants puissent accéder aux bienfaits de cette discipline, qui par l'acquisition de techniques et d'un état d'esprit vaillant renforce la confiance en Soi.

PLAN DE DEVELOPPEMENT A HORIZON 2025

Comment augmenter le nombre de pratiquants, pour atteindre nos objectifs de doublement des adhérents dont plus de 80% de courbevoisiens ?

Nous comptons :

- Continuer à dispenser un enseignement de la pratique de qualité permettant à chacun y compris les élèves gradés de progresser dans la discipline,
- Poursuivre la communication auprès des services de communication de la Mairie et référencement dans les bases du CNKDR (Fédération National du Kendo et disciplines associées), et promotion auprès des courbevoisiens à Vitaville.



- Maintenir et développer notre site www.Kendocourbevoie.fr et les réseaux sociaux car ils permettent une diffusion efficace d'articles sur la vie du club et nos réalisations de films mettant en valeur le Kendo, l'Association, la Ville de Courbevoie et le Japon comme «Le Sabre de Vie »<https://vimeo.com/450010619> Documentaire de 15 mn réalisé en 2019, à l'occasion d'un voyage d'étude Kendo auprès de grands maîtres japonais. A cette occasion, une pierre de scellement a été posée entre la ville de Courbevoie et le village de Kurakami près de Nara (voir ci-après la photo de Monsieur le Maire Jacques Kossowski tenant un courrier et un présent de son homologue japonais).



- Fidéliser des pratiquants par un suivi pédagogique personnalisé
- Former de 2 nouveaux professeurs de Kendo d'ici 2025
- Donner l'accès à la richesse de la voie du sabre aux pratiquants en situation de handicap. Un de nos professeurs a obtenu en 2021 son CAE-PSH (certificat à l'enseignement des pratiquants en situation de handicap),
- Poursuivre la mise en place de prêt d'équipement individuel les 2 premières années de pratique (boken, shinaï, armures de protection),

- Organiser des évènements tels que des inter-clubs 92, des compétitions départementales ou des stages internationaux avec les grands maîtres japonais comme le stage Hauts Gradés organisé en 2017 par notre association en collaboration avec la Ville, la Fédération et l'ex champion du monde de Kendo Maître TAKANABE, où plus de 120 pratiquants ont pu y participer en présence de Monsieur le Maire Jacques Kossowski, l'ex Maire Adjoint Daniel Courtes, le Président du CNKDR Eric Malassis et Kenichi YOSHIMURA 8^e dan plus haut gradé en France.



Ce fût une réussite et une belle occasion pour faire rayonner la ville de Courbevoie auprès des experts japonais ainsi que dans le monde du Kendo.

- Perpétuer la tradition d'une retraite annuelle de quelques jours dans les montagnes de Valence au Centre de la Falaise Verte chez Maître Taikan Jyoji, pour y de trouver le plaisir à partager des moments d'éveil à la culture nippone comme le Zazen (méditation zen), la Calligraphie ou le Kyudo (tir à l'arc japonais) et bien sûr la pratique du sabre avec des membres des clans amis.
- Et enfin « last but not least », par la création d'une section de KENDO libre avec armes de toutes tailles souples : le CHANBARA (Littéralement bruit du champ de bataille). Une pratique sans danger qui permet le combat dès la première séance ! L'intérêt d'une confrontation ardente dès le commencement, permet de se mettre à l'épreuve et à bonne distance de son adversaire, éveille en soi la coordination des mouvements et fait l'union entre le corps et l'esprit. Puis cette liberté, pourra être canalisée par l'acquisition de la technique dans la rectitude d'un juste état d'esprit.

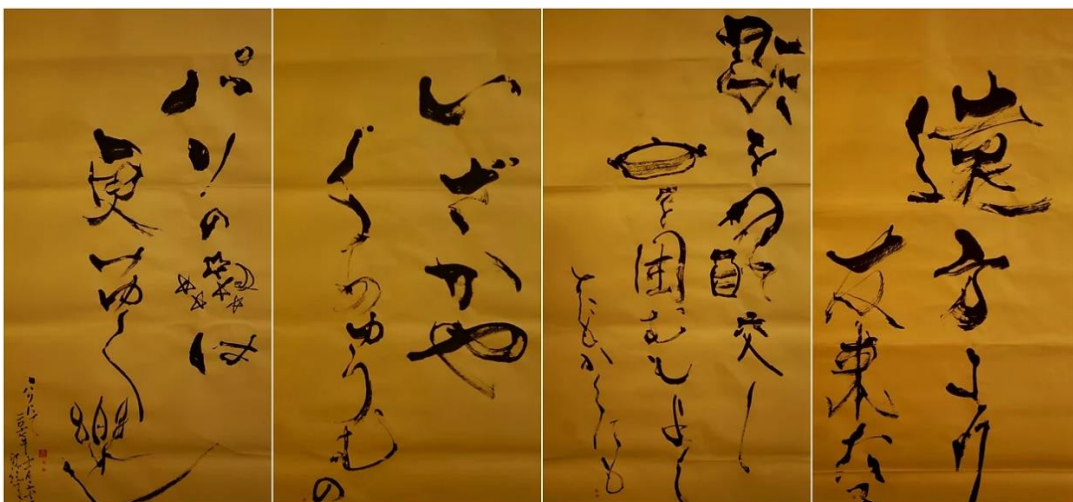


Le Chanbara est une discipline qui crée un pont vers le Kendo pour les débutants, il est tout spécifiquement attractif et approprié pour les enfants dès 4 ans. L'ouverture aux enfants est prévue dès la rentrée prochaine avec le prêt d'équipement casque de protection et armes.

EN CONCLUSION

Ce nouveau souffle pour les prochaines années, comme entre autres l'accès de la pratique du Kendo et du Chanbara aux jeunes de moins de 16 ans, répond également à la priorité de Monsieur le Maire Jacques KOSSOWSKI, du Maire Adjoint Monsieur Khalid AIT OMAR et la Directrice des Sports et de la Vie Associative Madame Valérie HEURTIN et toute son équipe, qui vise à créer des espaces, conviviaux au sein de leur commune, d'expressions artistiques, sportives et associatives, véritables vecteurs du « bien vivre ensemble en meilleure santé et dans un esprit sain ».

L'association Kendo COURBEVOIE quant à elle, se réjouit de poursuivre son développement sans demander de subvention mais compte fortement continuer à solliciter le Service des Sports pour la mise à disposition de salles, d'équipements et de matériels ainsi que leurs bonnes maintenances associées pour faciliter notre développement à horizon 2025 pour le bien-être de ses pratiquants.



Calligraphie de Maître Makiko Takei, pratiquante de Kendo à l'association en charge des relations culturelles.