

Lieu d'entraînement :

Les entraînements auront lieu dans :

- La salle Coligny, 60 rue de Coligny à Roubaix, près du boulevard de Gaulle, entre le Parc Barbieux et Euroteleport
- Le Dojo, 22 rue de Lille à Roubaix, près d' Euroteleport

Entraînements Adultes :

Lundi de 19h à 20h30, rue de Lille

Mercredi-Vendredi de 19h à 20h30, rue Coligny

Dimanche de 11h à 12h30 (événements)

Modalités :

Venez essayer durant une séance avant de vous inscrire ! Prévoir une tenue de sport

Toute inscription doit être obligatoirement accompagnée d'un certificat médical de moins de 3 mois autorisant la pratique des arts martiaux.

Tarif Annuel (saison sportive de septembre à juin) :

Le tarif pour une saison pleine est de 120€, dont voici le détail :

Inscription au club + licence 60€

Par trimestre 20€

Enseignants :

Luc FAREZ, CN 2^{ème} DAN FFKDA, DIF FFKDA

Frédéric SEILLIER, CN 2^{ème} DAN FFKDA, DIF FFKDA

Serge EISENHUTH, CN 5^{ème} DAN FEKAMT, DIF FEKAMT

Jean-Pierre RIQUIER, CN 2^{ème} DAN FFKDA

SAISON SPORTIVE 2011 – 2012



NAGASHI KARATE CLUB

Section Nihon Tai Jitsu

60 rue Coligny

59100 ROUBAIX

03 20 73 24 79

<http://ntjcoligny.free.fr>

mail : ntjcoligny@free.fr

Art de combat d'inspiration japonaise mais de conception occidentale le NIHON TAI-JITSU qui signifie en Japonais "Techniques du Corps" est en fait une méthode moderne de défense personnelle. Il ne s'agit pas de l'addition de judo, aikido et karaté mais d'un sport basé sur les attaques telles qu'elles pourraient se produire dans la vie courante.



Nous retrouvons bien sûr des mouvements des Arts Martiaux traditionnels (frappes, luxations et projections), mais ces mouvements ont subi des transformations pour les adapter à la défense proprement dite :

- Parades effectuées en déplacement.
- Actions portées sur des articulations et points sensibles.
- Projections en partant à distance de l'adversaire et toujours précédées et suivies de frappes



De plus sur le plan pédagogique, la méthode mise au point par des professeurs d'Arts Martiaux doublés d'enseignants d'éducation physique est très progressive.

Les techniques sont classées de manière judicieuse et faciles à suivre, pouvant être pratiquées par tous, n'incluant pas de chutes violentes, pas de compétition.

N'oublions jamais que le NIHON TAI-JITSU est un ensemble de techniques de défense personnelle et non un moyen d'attaque. La défense se fait à mains nues contre un ou plusieurs adversaires armés ou non.



A notre époque où la violence éclate de toutes parts, les méthodes de défense sont plus que nécessaires et le NIHON TAI-JITSU en particulier. La maîtrise de cette discipline, si l'esprit en a bien été saisi, doit engendrer la paisible assurance des forts et des sages et non l'agressivité systématique. La Self-Défense est la Défense de soi-même et non l'attaque des autres. Si la riposte est dure, nette, définitive, elle est néanmoins proportionnée à l'attaque, donc toujours juste.



Le NIHON TAI-JITSU est donc une méthode Française de Self Défense dans laquelle on envisage que la vie du pratiquant peut être mise en danger. Il faut donc en un minimum de temps et d'efforts, obtenir un maximum d'efficacité avec le moins de risques possible. A noter, le NIHON TAI-JITSU était aussi appelé autrefois au

Japon "KOSHI NO MAWARI"; la partie projections et luxations portait le nom de "JU-HO" (méthode de la souplesse).

Extrait du Livre « Le NIHON TAI JITSU » par **Roland HERNAEZ**
Plus d'informations sur <http://www.nihon-tai-jitsu.com/>