

JU JUTSU

Le style

Le style pratiqué est **Nihon Sogo Bujutsu**.

Cet art

vous conduira sur le chemin de la philosophie martiale en vous permettant d'acquérir confiance et self contrôle lors de situations difficiles.

||

se distingue des autres styles par la simplicité de ses mouvements.

Il peut être pratiqué sans chute et convient à tous, hommes, femmes et adolescents.



L'étude

Initiation à l'étude des coups de pieds, de poings, de coudes, de genoux, des saisies, des étranglements, des luxations selon un programme complet.



Par la suite, l'élève se familiarisera aux « gakuns » qui sont des pressions exercées avec les doigts sur les méridiens.



Ces gakuns ont pour but de d'envoyer une décharge électrique depuis les poignets ou les chevilles à l'organe tel que le cœur, les poumons, les intestins ce qui engendre l'effondrement de l'adversaire en lui ôtant l'énergie.



Le katana (sabre japonais), le tanto (couteau mi long) font aussi partie de l'étude du **Nihon Sogo Bujutsu**.



L'énergie

Les orientaux et notamment les chinois ont prônée l'harmonie de l'homme avec l'univers, d'où il prend sa source. Cette énergie « chi » en chinois et « Ki » en japonais n'est pas visible tout comme l'électricité mais demeure le combustible qui aliment de manière invisible notre corps.

Les méridiens

L'énergie a besoin de « gaines » pour circuler dans notre corps et là encore sans être visibles. En français ils sont appelés méridiens et en japonais « keiraku ».

Les chinois en distinguent 14, yin et yang. Chacun de ces méridiens se rattachent à un organe précis et le blocage ou mauvais passage de l'énergie dans un méridien entraîne une réaction sur l'organe en question.

Lieux des cours :

- **Grand-Saconnex**
mais aussi :
- **Meyrin**
- **Carouge**
- **Veyrier**
- **Eaux-Vives**

Tous les renseignements peuvent être obtenus auprès de :

Roger Zucchero
Représentant pour la Suisse
Tél. portable : 079.203.37.59
E-mail :
rzucchero@bluewin.ch

ou
Xavier Montandon
Tél. portable : 076.346.97.86

JU JUTSU

L'art martial de self
défense à votre portée

