

Kendo : l'escrime japonaise arrive à Saint-Yvi

Saint-Yvi — Dès ce mois de septembre, le Cercle d'escrime japonaise de Cornouaille (CEJC) ouvre une annexe à Saint-Yvi. Des cours seront dispensés le lundi soir, à la salle des sports.

Armure sur le dos et *men* sur la tête, les kendokas quimpérois ne passent pas inaperçus. Également connu sous le nom d'escrime japonaise, le kendo, s'il est un sport de compétition, est avant tout un art martial impliquant maîtrise de soi et respect de l'autre.

Le kendo, ou « voie du sabre », trouve son origine dans les anciennes techniques de ken-jutsu, art de manier le sabre, l'arme principale des guerriers japonais. C'est dans les années 1950 et 1960 que ce sport s'est fait connaître en Europe. Aujourd'hui, la discipline compte près de 5 000 licenciés en France, dont 250 en Bretagne.

Armure et armes, mais sans danger

En kendo, pas de bagarre : les coups portés (quatre frappes sont autorisées : au niveau de la tête, du flanc, du cou et de l'avant-bras) doivent répondre à un certain nombre de règles et s'inscrire dans un engagement à la fois du corps et de l'esprit. Elles s'accompagnent également d'un *kiai*, cri annonçant le type de coup porté.

Au-delà du sport, le kendo est aussi un apprentissage spirituel. Il permet à ses pratiquants de développer leur caractère, leur détermination et leur force morale.

Les kendokas sont équipés d'une armure rigide protégeant les parties du corps destinées à être frappées. Le kendo se pratique avec un *shinai*, composé de quatre lattes de bambou reliées entre elles. Si les frappes



Le club d'escrime japonaise quimpérois ouvre un créneau d'entraînement à Saint-Yvi, le lundi soir.

(PHOTO : OUEST FRANCE)

retentissant sur l'armure sont bruyantes, elles ne sont pas douloureuses.

« **Le kendo peut s'apprendre à partir de 8 ans et il n'y a pas de limite d'âge**, précise Laurent Rannou, président du club. **On peut commencer à faire de la compétition après un à deux ans de pratique.** »

Le Cercle d'escrime japonaise de Cornouaille (CEJC), basé à Quimper, a été fondé en 1992 et compte, à ce

jour, une trentaine de licenciés. Parmi eux, six Saint-Yviens, dont deux enfants.

Le club, qui s'entraîne durant l'année à la salle de sport du lycée Brizeux, a pour habitude de se retrouver, durant l'été, à Saint-Yvi. L'idée d'ouvrir une annexe de l'association dans la commune, afin de proposer un deuxième créneau d'entraînement et de recruter de nouveaux pratiquants,

s'est donc imposée cette année.

Les cours auront lieu sur le parquet de la salle des sports, le lundi soir, de 19 h 30 à 21 h 30. Il est possible de faire deux cours d'essai avant de s'engager.

Samedi 7 septembre, le club sera présent au forum des associations. Renseignements : www.kendokemper.com ou 06 82 20 49 16