



COMPTE RENDU Stage été Tai Jutsu Ryu – Dinard (35)

Objet : Compte rendu stage d'été Tai Jutsu Ryu – Juillet 2025 – Dinard (35), France.

Du 13 au 18 juillet 2025, s'est déroulé le 3^{ème} stage d'été Tai Jutsu Ryu dans les locaux du Campus Sport Bretagne de Dinard, près de Saint-Malo.

Le dimanche, Christelle, présidente de l'AIN TJ, s'est chargée de l'accueil des stagiaires et de leur installation. Une fois Christian récupéré à la gare de Saint-Malo par Laurent, le groupe s'est retrouvé au self du campus pour le dîner.

Le lundi matin, le groupe s'est réuni pour la première séance d'entraînement. Christian a ouvert le stage en prenant en charge le premier échauffement, puis en démontrant des techniques de self-défense en insistant sur les Tai Sabaki. Laurent a pris la deuxième partie, en poursuivant et en rebondissant sur le travail présenté par Christian. Au fil des jours, les stagiaires ont ainsi pu travailler alternativement avec Christian et Laurent, et réciproquement, sur différentes techniques de self-défense, alliant des défenses par atemi, luxation, étranglement, projection et quelques sutemi.



Le lundi soir, le groupe de stagiaires s'est positionné le long de la côte à Dinard, face à la cité de Saint-Malo, afin d'admirer le feu d'artifice du 14 juillet tiré depuis les môles noirs à Saint-Malo.



Le mardi soir, le groupe s'est retrouvé à Cancale pour un dîner spécial huîtres ; ceux qui n'aiment pas les huîtres ont pu déguster d'autres mets de la mer comme des crevettes, bulots et autres rillettes de poisson. Une soirée fort sympathique à Cancale, qui est devenue un classique du stage.



COMPTE RENDU Stage été Tai Jutsu Ryu – Dinard (35)



Le jeudi matin, la météo étant plaisante, nous nous sommes dirigés vers la plage d'Enogat pour un entraînement sur cette dernière. Le soir, le groupe s'est retrouvé autour du traditionnel barbecue organisé par le Campus Sport, un autre moment de convivialité et d'échanges intenses.





COMPTE RENDU Stage été Tai Jutsu Ryu – Dinard (35)

Le vendredi, la première partie de la matinée a été confiée à Christelle pour un échauffement spécifique et un travail dans la continuité de celui de la semaine, se terminant par un sutemi. Laurent a ensuite clôturé le stage avec une présentation de la matraque télescopique.



Les après-midis étaient libres, les stagiaires avaient le choix entre entraînement libre au dojo ou tourisme et visite de quelques lieux aux alentours de Dinard.

Après un déjeuner au campus, le groupe de stagiaires s'est donc séparé afin que chacun puisse rentrer à la maison, le tout en se donnant rendez-vous en juillet 2026 pour une quatrième édition qui se déroulera du 12 au 17 juillet 2026.

Nous remercions tous les stagiaires pour leur travail et la bonne humeur générale. Nous remercions également le Campus Sport de nous avoir reçus une nouvelle fois pour notre rendez-vous annuel, avec un personnel de qualité, aimable et professionnel.

Bonnes vacances à toutes et à tous !

Les Photos du stage

Christelle MARTIN
Présidente AINTJ

