



une autre approche de l'aï

Pour la troisième année consécutive, le club de l'Aïkibudo PSB a participé les 14 et 15 mai 2011 au Raid Handi'forts*. Cette manifestation, organisée par la ville de Besançon et de nombreux partenaires, a pour but de mettre en relation le monde professionnel, le mouvement sportif et les personnes handicapées.



Deux jours d'épreuves se sont succédés pour vingt et une équipes composées de personnes handicapées (physiques et mentales) et de valides accompagnateurs (représentants d'entreprises et de clubs sportifs). Tout au long du parcours, chaque équipe doit réaliser des épreuves en situation de handicap (foot en aveugle, parcours d'obstacle en fauteuil roulant, reconnaissance de mot en langue des signes...). Cette année, en plus d'une équipe engagée sur le raid, nous avons contribué au village d'arrivée. Au parc de la Gare d'Eau, en bor-

de du Doubs, étaient installés les stands des différents partenaires, d'organismes en relation avec le handicap tel le CRH (Comité Régional Handisport), le CROS (Comité Régional Olympique et Sportif), l'ADAEI (Association de parents et amis de personnes handicapées mentales), l'APEDA (Association de Parents d'Enfants Déficiants Auditifs)... L'arrivée du raid se faisait au milieu du village. Ainsi tout promeneur venant au parc pouvait voir les participants et les stands. Lors des réunions préparatoires, Peggy

Jeanbourquin (éducatrice à la ville de Besançon) a demandé aux différentes associations sportives (tir à l'arc, escalade, foot américain, escrime... et bien sûr Aïkibudo) ce que nous pouvions proposer comme animation en restant dans le thème. Se posa alors la question de savoir quoi présenter. Bien sûr, la présentation de l'Aïkibudo et du *Katori shinto ryu* passe par des démonstrations. Mais comment rester dans le thème de l'évènement ? Tout naturellement, nous avons décidé avec Jean-Pierre Hirschy (DTR Franche-Comté et

professeur au PSB) de montrer des techniques en ayant les yeux bandés, exercice facilité par la présence au club de Patricia, pratiquante non-voyante.

Sachant que tous les handicaps étaient représentés au raid, il nous semblait important de ne pas limiter notre présentation aux déficients visuels. Notre choix s'est porté sur le travail en fauteuil roulant. Nous avons donc réalisé quelques techniques d'Aïki en fauteuil sous forme self-défense et du *Katori*. Cette démonstration a remporté un franc succès, bien que peu évidente pour nous, du fait de notre manque d'aisance.

Les 20 ans du PSB

Cette prestation n'était que le préambule d'une démonstration plus conséquente que nous préparions. En effet, deux mois plus tard, le club du PSB fêtait ses vingt ans. En plus des pratiquants et de leurs familles, étaient présents des anciens et

techniques en forme directe, sans déplacement. Les mouvements réalisés sur la tête comme *mukae daoshi* ou sur les poignets comme *kote gaeshi* sont les plus aisés à réaliser. En revanche, les mouvements de contraintes sur les épaules comme *shiho nage* sont plus complexes. Il nécessite un changement de main de la part du pratiquant qui rend la technique plus difficile. Dans l'ensemble de la pratique Aïki, nous devons entraîner notre partenaire de façon à le mettre en déséquilibre. Dans le cas présent, l'entraînement doit se faire devant soi, sans que le partenaire ne passe sur l'arrière. On se trouverait alors dans la même situation que si on passait sous le bras de celui-ci lors d'un *shiho nage* bras levé.

L'autre problème rencontré est le fauteuil lui-même. Il faut prendre en compte son volume. En effet, lorsque nous pratiquons, nous sommes au plus près de notre partenaire. Il nous arrive même d'être collé à lui. Le *koshi nage* ne peut pas se passer comme le ferait un valide. Nous devons amener le partenaire sur le côté en accentuant le déséquilibre pour obtenir la chute.

Sachant que tous les handicaps étaient représentés au raid, il nous semblait important de ne pas limiter notre présentation aux déficients visuels...

mments plus difficiles à réaliser. En *Katori*, le travail se fait en harmonie l'un avec l'autre. C'est le principe même du *kata*. Le partenaire valide devra donc aussi s'adapter et changer certains mouvements. Il ne serait pas logique de voir *uke dashi* reculer dans *itsutsu no tashi*, premier *kata* de *ken jutsu*, alors que *kiri komi* resterait sur place.

Dans ce genre de pratique, il ne faut pas oublier que lorsqu'on se met à la place d'une personne handicapée, le travail est faussé par le fait que nous sommes valides. Les déséquilibres que nous subissons sont compensés par des mouvements réflexes afin de retrouver la stabilité. Chaque personne est différente. Ceci est

d'autant plus vrai que chaque handicap est différent. Le travail avec des personnes handicapées nécessite une certaine « adaptation » des techniques d'Aïkibudo et de *Katori shinto ryu* propre à chacun, mais il est parfaitement réalisable sur la majeure partie du programme. La richesse et la diversité de la discipline nous montre, une fois de plus, que les arts martiaux peuvent être pratiqué par toute personne le désirant sans restriction d'âge, de sexe, de conditions physiques ou mentales. ♦

Cédric Hirschy
4^e dan Aïkibudo,
2^e dan *Katori shinto ryu*
DEJEPS Aïkibudo

*RAID HANDI'FORT : manifestation organisée par la ville de Besançon sous l'égide de Hervé Boillon, responsable activités physiques et sportives.

Photos : Rachel Martarello et Dominique Fave.

Aïkibudo



La pratique d'un art martial demande encore plus de détermination et de force mentale pour un pratiquant à mobilité réduite.

les organisateurs du *Raid Handi'Forts*. Ceux-ci n'ayant pu être présents sur le village d'arrivée pour des raisons d'organisation, nous souhaitions leur présenter notre travail lors de cette soirée.

À cette occasion, nous avons présenté le *kihon nage waza* avec en arrière-plan deux pratiquants qui le réalisaient en forme traditionnelle.

Lorsque nous avons commencé à étudier les possibilités de travail, nous nous sommes heurtés au problème des déplacements. Nous avons donc dû réaliser les

Dans ce cas, nous ne pouvons pas placer la hanche en opposition comme cela se doit. Il faut prendre garde au volume du fauteuil pour ne pas blesser la personne.

Le Katori shinto ryu

Le *Katori shinto ryu* est plus facile à réaliser. Les déplacements *iraki* présents dans les *kata* de *ken* peuvent être remplacés par des contrôles *in no kamae*. On retrouve la difficulté du volume du fauteuil lorsqu'on utilise les armes longues. Les *shiko ite* (armer le *bô*) par exemple sont des mouve-