



Association Shotokai Murakami



École Mushinkai



50^e anniversaire Stage d'été de Sérignan

Programme

Samedi 17 août 2019

Temps d'échanges

Matinée

☛ Les fondamentaux du Karaté de Maître Murakami

Revenir sur les principes fondamentaux qui caractérisent le Karaté-Do Shotokai (et le différencient d'autres styles de Karaté) et les particularités du Karaté Shotokai pratiqué et enseigné par Maître Murakami.

☛ Maître Murakami, une vie, une Voie

Présenter la vie de Maître Murakami (son portrait, son parcours).

Temps de pratique

Après-midi

☛ Keiko

Pratiquer ensemble, nous rassembler dans et par le Karaté.

☛ Démonstrations de Katas

Mettre à l'honneur les 16 Katas retenus par Maître Murakami (et tels qu'ils sont rassemblés dans le livre *Katas de Maître Tetsuji Murakami*, éd. Niyonkai).

Démonstration par grade

- blanche (6^e Kyu) – Taikyoku shodan
- jaune (5^e Kyu) – Heian shodan
- verte (4^e Kyu) – Heian sandan
- bleue (3^e Kyu) – Heian yodan
- marron (2^e Kyu) – Heian godan
- marron (1^{er} Kyu) – Bassai Dai
- noire (1^{er} Dan) – Kanku Dai
- noire (2^e Dan) – Tekki shodan
- noire (3^e Dan) – Empi
- noire (4^e / 5^e Dan) – Taikyoku shodan

Démonstration par club

Le choix du Kata est laissé au libre choix du club.

Temps de convivialité

☛ Diner (soirée conviviale)

☛ Poursuite des discussions le dimanche matin (petit déjeuner informel au Patio)

N'hésitez pas à faire circuler ces informations.

Il est essentiel de pouvoir se réunir à l'occasion de cet événement.

<https://framadate.org/JQJfSUUtc5wynuYt>



asso.shotokai.murakami@gmail.com

www.mushinkai.net

Facebook "Shotokai Mushinkai"

