



L'association «Bujinkan Hérault Dojo Montpellier» est affiliée à l'organisation internationale **BUJINKAN** (plus de 100 000 membres et 5000 instructeurs) créée et guidée par Sôke **Hatsumi Masaaki**, reconnu «**trésor national vivant**» par l'empereur du Japon et héritier légataire de 9 Écoles d'arts martiaux anciens (**Ryû**) dont 3 de **Ninjutsu** :

- **Gyokko Ryû** Kosshijutsu (12^{ème} siècle),
- **Koto Ryû** Koppôjutsu (16^{ème} siècle),
- **Gikan Ryû** Koppôjutsu (16^{ème} siècle),
- **Takagi Yoshin Ryû** Jutaijutsu (17^{ème} siècle),
- **Kukishinden Ryû** Happô Bikenjutsu (12^{ème}),
- **Shinden Fudô Ryû** Daken Taijutsu (12^{ème}),
- **Kumogakure Ryû** Ninpô Taijutsu (16^{ème}),
- **Gyokushin Ryû** Ninpô Taijutsu (16^{ème} siècle),
- **Togakure Ryû** Ninpô Taijutsu (12^{ème} siècle).

玉虎義高九神雲玉戸
 虎倒鑑木鬼任隱心隱
 流流流揚神不流流流
 心任動
 流流流



Lieux et horaires d'entraînement à Montpellier :

Lundi :

20:00 – 21:30 | Dojo Gymnase la Babote |
 3 rue Parlier, Montpellier

Vendredi :

20:00 – 21:30 | Dojo Gymnase la Babote |
 3 rue Parlier, Montpellier

Samedi :

10:00 – 11:30 | Dojo Gymnase la Babote |
 3 rue Parlier, Montpellier

17:00 – 18:30 | Dojo Gymnase Henri Ferrari |
 419 Av. Dr Jacques Fourcade
 (tramway ligne 4), Montpellier

Inscriptions :

06 98 05 08 55

bujinkan-montpellier.com



**Art martial
 millénaire japonais**



bujinkan-montpellier.com

Qu'est-ce que le Bujinkan Budô Taijutsu ?

Communément référencé comme «l'art martial de la distance», le Bujinkan Budô Taijutsu est un art martial ancestral japonais, vivant, complet, adapté à l'individu et au monde moderne avec une philosophie naturelle.

La pratique ne comprend aucune protection (gants, etc). La compétition est donc interdite pour des raisons de sécurité.

Les grades délivrés sont des grades martiaux et non pas sportifs.

L'essence de la discipline ne se réduit pas à une dépense physique où l'accent serait mis sur un excès de force, de vitesse ou de «cardio training».

L'assimilation profonde des mouvements est seulement possible grâce à une graduation naturelle en force et vitesse dans une recherche d'équilibre.

Persévérance, assiduité, humilité, volonté d'apprendre et courtoisie sont demandés.

«Le Budo ne consiste pas à être le meilleur. Il s'agit d'aimer l'étude et la pratique, apprendre à chaque entraînement, partager et grandir naturellement avec la conviction de suivre le vent martial.»
Masaaki Hatsumi | Bujinkan Soke



Modalités d'inscription

L'association Bujinkan Hérault Dojo Montpellier accepte les inscriptions toute l'année. La cotisation annuelle est de **377 €** (Assurance MMA incluse) et n'est ni remboursable ni transmissible. Les cours d'essai sont au tarif de 30 € par cours (sur rendez-vous).

Les frais engagés pour les cours d'essai seront déductibles de la cotisation annuelle en cas d'inscription. Un certificat médical apte à la pratique des arts martiaux est requis et renouvelable chaque année. Les cours sont réservés aux adultes.

Tenue

Les pratiquant(e)s portent un kimono noir, des tabis (chaussettes) et des zoories (tongs en paille), une ceinture blanche (niveau débutant), rouge (niveau intermédiaire femme), verte (niveau intermédiaire homme) ou noire (niveau avancé femme ou homme).

Règles du Dojo et du Bujinkan

La loi sur la légitime défense, la sécurité des partenaires, la régularité d'entraînement pour sa propre progression, les installations et la discipline enseignée doivent être respectés. Le Dojo est régi par les règles du Bujinkan International détaillées ici : <https://bujinkan.com/guidelines.htm>.



En quoi consiste le programme technique ?

Le «Ten Chi Jin Ryaku no Maki», parchemin des principes du ciel, de la terre et de l'homme, constitue le programme technique de base enseigné aux débutants.

Il est basé sur le Taijutsu (technique avec le corps) et regroupe un ensemble de déplacements, de techniques et de solutions adaptés aux situations.

Très vaste, il se compose de différents modules interactifs, comprenant l'ensemble des déplacements, torsions, projections, strangulations, contrôles, frappes ainsi que l'étude des stratégies de combat.

Le travail des armes fait partie intégrante des cours. Voici quelques armes «soft» de base couramment utilisées : Hanbô (bâton court de 0.9 m), Bô (bâton long de 2 m), Bokken (sabre en bois), Kusari Fundo (chaîne), Jutte, Nawa (corde de 6 m) et Tessen (éventail).

