

# COMPTE RENDU STAGE NATIONAL DU 26 au 28 MARS 2015

## COMPTE RENDU STAGE NATIONAL

DU 26/27/28 MARS 2015 E.N.P DE NIMES

C'est toujours dans un environnement favorable à la pratique de la self défense et aux techniques d'intervention en situation, que ce stage s'est déroulé dans les meilleures conditions au sein de l'Ecole Nationale de Police de NIMES que nous remercions encore une fois pour sa confiance et son soutien.

Plus de trente stagiaires ont fait le déplacement pour cet événement annuel dirigé par Eddy ROS, assisté de Jean Jacques RODRIGUEZ.

"Durant trois jours de stage et avec plus de 5 heures d'entraînement intensif par jour, nous avons pu revenir sur les fondements du système du Combat RUSSe, comme nous le faisons systématiquement à chaque entraînement ou à chaque séminaire pour les nouveaux pratiquants mais aussi pour les instructeurs déjà chevronnés.

Je me dois de propager au mieux les valeurs originelles et le style très fluide du Combat Russe tel qu'il m'a été enseigné par Vladimir KHUDENKIKH durant des années.

Je reste son ambassadeur en FRANCE ... je ne joue pas, je ne triche pas, je suis fidèle et je travaille ce style de combat très efficace qui me colle à la peau et auquel j'adhère entièrement depuis le premier jour."

"Puis, au delà des fondements, nous avons approfondi les techniques déjà développées afin de les automatiser et les rendre très efficaces en situation.

De plus, j'ai pu faire partager certaines nouvelles techniques que j'ai mises au point pour le Combat Russe et que j'ai jugé efficaces et réalistes et facilement applicables en situation.

Grâce à deux stagiaires de la Police Nationale, instructeurs de l'ENP de Nîmes, nous avons même pu envisager de mettre certaines d'entre elles en "conformité" avec les GTPI afin qu'elles puissent éventuellement entrer dans le cadre légal des techniques d'interpellations." Eddy

Nous avons été gratifiés de la présence de Guillaume CERON de l'Académie de SAMBO de Grenoble (Moniteur National de Combat Russe (FICR) et instructeur de PENCHAK (FISFO), de Didier MARTIN de ROCBARON dans le VAR, inventeur du Système de CLOSE défense, 6 ème dan, et de Gérald CZERNIK de LALONDE les Maures (VAR), instructeur de Krav MAGA, CAPAP et assistant-instructeur de Combat Russe qui poursuit sa formation en la matière à l'AR2 depuis quelques années déjà.

Nos autres stagiaires venaient de l'AR2 mais aussi de nos clubs de Combat Russe partenaires, MONTUEUX, représenté par Katia FAUTRE, LUNEL COMBAT DEFENSE représenté par Pierre CAPELLE et Robert DANIS, ainsi que Jacky FROGET représentant et instructeur de combat Russe chez notre ami Christophe LEYDIER (Boxe française les Baronnies NYONS/VINSOBRES).

Et bien évidemment comme toujours mon ami instructeur AR2, Cédric VERMARD était présent et se rendait disponible pour aider tout ce petit monde et " encaisser aussi le poids des démonstrations techniques".

Bien sûr ,ces instructeurs se sont bien souvent déplacés avec leurs élèves et leurs assistants.C 'est toujours pour moi un réel plaisir de continuer à évoluer dans cet art de Combat et de le développer .

Le combat Russe n'est pas un système compliqué, mais ce n'est pas un système minimalistre non plus. Je veux dire par là que le Combat Russe doit faire appel à " l'écoute de son propre corps " et aux techniques de combat.

Ne pas contrarier la biomécanique de son corps, ne pas lutter ou forcer à mauvais escient, développer au maximum la fluidité des déplacements et des articulations afin d'accompagner et/ou d'encaisser au mieux un mauvais coup et pour répliquer avec efficacité, rapidité "en économie d'énergie"... car le combat ne s'achève pas toujours quand on le désire !

Je dis effectivement que ce système n'est pas minimalistre car il demande de posséder de la technique, de la précision d'exécution.

Je fais travailler nos stagiaires et élèves à tous les niveaux, que ce soit en frappes, en projections ou au sol.

Je persiste à dire qu'il ne faut pas se priver de techniques diverses et variées en "self défense" sachant qu'on ne tombera pas forcément sur un mais peut être sur plusieurs agresseurs, que l'on ne tombera pas forcément sur un frappeur alors qu'on sait boxer, mais peut être sur un bon lutteur réduisant à néant nos frappes, et vice versa ...et enfin pourquoi se priver de maîtriser un système de combat au sol efficace permettant soit de se dégager soit de neutraliser un agresseur sachant que la majorité des combats de rue se terminent au sol !!!

Je remercie tous les participants et stagiaires, tous les instructeurs qui ont rendu ce stage réalisable et enrichissant pour chacun d'entre nous.

## PASSAGE DE GRADES AR2

A noter qu'à l'issue de ce stage ,nous avons fait passer des grades "d'assistant-instructeurs AR2", à plusieurs "stagiaires / élèves" de l'AR2 après une évaluation encadrée par Guillaume CERON et Eddy ROS.

Ont été nommés "Assistants-Instructeurs - AR2" :

- Laurent BATTESTINI
- Frédéric IMBERT
- Benoit GALEA
- Olivier FOUCHE
- Bohomil BARANEK
- Michel MAAMAR
- Magalie BIANCHI
- Katia FAUTRE

Je félicite nos nouveaux assistants-instructeurs qui sont présents et assidus aux entraînements et stages divers depuis des années car ils représentent la force vive et nouvelle de l'AR2.

Enfin Jean-Jacques RODRIGUEZ a été nommé "Maître de Combat Russe - AR2" pour son immense investissement et travail au sein de notre association et bien sûr pour sa parfaite maîtrise technique du système de Combat RUSSE.

retrouvez toutes les photos en cliquant ICI :

