



Le SHINTAÏ-BUDO en bref...

1. Préambule

Cette discipline est l'aboutissement d'un long parcours dans les Arts martiaux. Le SHINTAÏ-BUDO est une école de Jiu-Jiutsu (couramment appelé Ju-Jitsu).

Historiquement le Jiu-Jiutsu (ou Ju-Jitsu) est souvent considéré comme la « discipline mère » des Arts martiaux.

2. Que travaille-t-on au SHINTAÏ-BUDO ?

La réponse à cette question tient en **trois points** :

2.1. Point n°1 : les combats

A – Le **combat à distance** ou le combat « poings-pieds » de forme « boxe ». Il peut être associé aux projections et contrôles au sol (étranglements, immobilisations...).

B – Le **combat rapproché**, où suite à une (des) saisie(s), il faut engager une (des) technique(s) de percussion, de clé, de projection, d'immobilisation et relevage pour un contrôle total.

C – Le **combat avec armes** (en mousse) : on utilise à dessein des sabres en mousse, des couteaux en mousse, des nunchakus : ainsi tout danger est écarté.

Les combats se font dans un cadre sécurisé et avec les protections ad hoc et dans le *respect total* du (de la) partenaire. Ils sont une excellente introduction à la « self-défense » et constituent une application des techniques apprises. A ce titre il est souhaitable d'y participer.

2.2. Point n°2 : la technique

D'une richesse hors norme, celle-ci englobe aussi bien les techniques à mains nues que les techniques avec armes. Toutes les combinaisons sont permises, il n'y a aucune exclusive.

De très nombreux détails sont disponibles (**P2 à P4**) à partir de l'onglet « Le SHINTAÏ-BUDO en détail ».

Cet onglet est accessible en page d'accueil du site, via l'onglet «Le SHINTAÏ-BUDO ».



A noter également que les personnes titulaires de la ceinture noire travaillent – dans les cours qui leur sont réservés – des techniques avec armes « réelles », i.e. : la canne épée, le tonfa de sécurité, le bâton...

2.3. Point n°3 : la culture « théorique » (histoire et éthique des Arts martiaux)

Les personnes inscrites à l'ESCAMAR bénéficient également d'un apport sur l'histoire et l'éthique des Arts martiaux : cette manière de d'aborder la discipline est nécessaire, d'une part pour bien assimiler et comprendre ce qui est transmis et d'autre part pour réussir les grades de ceinture noire en SHINTAÏ-BUDO.

[Ici aussi de très nombreux détails](#) sont disponibles (P5 à P7) à partir de l'onglet « Le SHINTAÏ-BUDO en détail ».

Cet onglet est accessible en page d'accueil du site, via l'onglet «Le SHINTAÏ-BUDO ».

Vous souhaitez des informations complémentaires ?

Deux possibilités s'offrent à vous :

- Venir nous voir en début des cours... : pour nous trouver il faut aller dans l'onglet « Accueil » puis dans l'onglet « [Nous rejoindre...](#) ».
- Nous téléphoner ou nous envoyer un message via le site internet : pour cela aller dans l'onglet « Accueil » puis dans l'onglet « [Nous contacter...](#) ».

Une réponse sera apportée à vos interrogations.