

1/ Quel est le nom et l'origine de votre style ?

L'Ecole Française de Budo a été créée par Jean-Paul BINDEL qui était alors assistant de Hiroo MOCHIZUKI au sein du YOSEIKAN BUDO. On peut considérer qu'il existe un lien de parenté entre l'E.F.B et le style de travail de Minoru MOCHIZUKI et de son fils Hiroo.

2/ Depuis quand votre école existe-t-elle ?

Depuis 1974

3/ Qui en est le responsable ? Quel est son parcours ? (origine, styles pratiqués, grade...)

Jean-Paul BINDEL a commencé la pratique des arts martiaux par le judo en 1967. Il est professeur diplômé d'état en judo, ju-jitsu, aïkido, karaté et disciplines associées. (D.E.E.S 2° degré), moniteur de Full-Contact, Kick-Boxing, Boxe Thaï et Tonfa. Il a remporté de nombreux titres en judo, karaté et sambo. Il est titulaire de plusieurs hauts grades décernés par l'International Federation of Nippon Budo et signés de Minoru Mochizuki notamment en Ju-Jitsu, Ko-Budo, Kenpo, Aïkido et lai-do

4/ De quelle association ou fédération dépendez-vous ? Combien d'adhérents compte-t-elle ?

L'E.F.B après avoir été cinq ans au sein de la Fédération Française de Kick-Boxing, Full-Contact et Disciplines associées est indépendante depuis l'éclatement de celle-ci. Elle compte actuellement huit cent licenciés

5/ Combien de clubs recensez-vous ? Où sont-ils implantés ? (France et étranger)

L'E.F.B regroupe trente clubs répartis dans 7 comités régionaux.

6/ Sur quels principes techniques fondamentaux vous appuyez-vous ?

Notre école est basée sur trois types de travail : Ju-Jitsu pour le corps à corps, Kenpo pour le travail à distance et Ko-Budo pour les armes. Les formes de corps sont identiques et calquées sur les écoles les plus efficaces dans leur branche : Boxe anglaise pour les poings, Boxe Thaï pour les jambes, Judo, Kenpo et Ju-Jitsu pour le corps à corps et le sol, Kendo pour le sabre. On constate que dans tous ces styles les positions sont identiques : pieds parallèles (pour des déplacements rapides), coudes le long du corps et mains à hauteur du cou (pour le protéger efficacement) etc... Nous avons donc adoptés cette position standard pour le travail de base.

7/ La compétition est-elle une de vos préoccupations ?

Les compétitions de Budo se déroule en trois reprises de deux minutes : Kenpo, Ju-Jitsu et Ko-Budo (avec des armes en mousse). Les combattants doivent donc être complets à toutes les distances. La compétition nous paraît utile pour de se tester mais elle n'a pas pour but d'écraser son adversaire. Nous avons une catégorie des plus de soixante ans ce qui est assez rare dans les autres fédérations et prouve que si on pratique intelligemment il n'y a pas d'age pour se faire plaisir.

8/ Pourriez-vous décrire en quelques mots l'organisation de vos cours ? (salut, échauffement :20', technique: 40', etc...)

Compte tenu de la multiplicité des techniques les cours varient assez de l'un à l'autre mais on peut résumer de la façon suivante : Echauffement spécifique (15 minutes), Technique kenpo (15 minutes), Technique ju-jitsu (15 minutes), Technique ko-budo (15 minutes), Randoris (20 minutes), Assouplissements ou shiatsus (10 minutes).

9/ Qu'est ce qui le différencie du jujitsu dispensé par la fédération française de judo-jujitsu ?

Le travail pieds-poings est beaucoup plus élaboré et se base plus sur les boxes

pieds-poings que sur le karaté classique. Nous pratiquons les clés de jambe depuis près de vingt ans. Le travail des armes est également beaucoup plus riche et nous faisons régulièrement appel à des experts extérieurs pour perfectionner nos cadres. Cette année nos professeurs ont suivi des stages de To-do (sabre combinant escrime, dégainé et coupe), de Naginata, de Tonfa et de Nunchaku. Tous les passages de grades comportent des épreuves dans les trois disciplines de base de notre école. Le programme à partir du 3° degré (dan en japonais) comprend un travail aux armes réelles (avec coupe) et un travail sur les points vitaux (shiatsus et kyushos) qui n'est pas seulement théorique.

10/ Que pensez-vous de la vision du jujitsu qui est véhiculée en France ?

Il est difficile de parler du ju-jitsu en France car je ne vois pas comment on peut comparer des styles si différents.

Toutes ces écoles sont respectables mais il est difficile d'y trouver des points communs.

**11/ Pensez-vous qu'une fédération française de jujitsu devrait naître ?
Pourrait-on y regrouper tous les styles ?**

La création d'une fédération serait effectivement une bonne chose à condition que tous les styles y soient représentés ce qui paraît difficile compte tenu de la législation française qui impose des votes en fonction du nombre de licenciés.

12/ Quelle est l'adresse de votre site internet ?

<http://ecolefrancaisedebudo.free.fr>

13/ Le mot de la fin ?

Bravo pour votre initiative.

VISITEZ LE SITE :

**Jean-Paul BINDEL, Créateur,
Laurence VEGLIO, Présidente,
sont heureux de vous accueillir sur le site de
L'ÉCOLE FRANÇAISE DE BUDO**



www.lesbudo.com