



ART MARTIAL
TRADITIONNEL
DU TIR À L'ARC
JAPONAIS



KYUDO

Cultiver la maîtrise du tir,
l'art du geste, la connaissance
de soi et le respect des autres.



LE KYUDO

ART MARTIAL TRADITIONNEL DU TIR À L'ARC JAPONAIS

Le kyudo est le tir à l'arc traditionnel japonais. Hérité des samouraïs, le kyudo est un art martial. Cette pratique guerrière de l'arc est devenue depuis un art de paix et de développement personnel.

Le kyudo est aujourd'hui à la fois un sport, un art et une voie universelle de réalisation intérieure à travers la pratique ritualisée du tir à l'arc.

QUI SOMMES-NOUS ?

FRANCE KYUDO

France Kyudo organise, encadre, assure la promotion et le développement de la pratique du kyudo amateur et de haut niveau en France, et met en œuvre des formations sur l'ensemble du territoire.

Aujourd'hui, **une soixantaine de clubs répartis en France** permettent une diffusion large et multiple de l'enseignement. En relation permanente avec le Japon auprès des plus grands experts, le kyudo français compte parmi ses membres certains des **plus haut gradés internationaux hors Japon**.

Discipline associée de France Judo (Fédération Française de Judo), France Kyudo **rassemble tous types de publics, depuis l'adolescence jusqu'à un âge avancé**, et se caractérise par ses engagements éducatifs, inclusifs et humanistes reposant sur **une pratique mixte, un art de paix, de connaissance de soi et de respect des autres**.

Membre de l'International Kyudo Federation et de l'European Kyudo Federation, France Kyudo est en lien constant avec les différentes organisations étrangères qui représentent le kyudo dans le monde, **dans la lignée de l'enseignement des grands maîtres japonais** de la discipline.



AUJOURD'HUI FRANCE KYUDO C'EST ...

- 50 ANS DE TRANSMISSION D'UN
ART SÉCULAIRE JAPONAIS EN
FRANCE •
- 60 CLUBS EN FRANCE •
- 800 LICENCIÉ(E)S •
- UNE ORGANISATION
ET DES ENSEIGNANTS
BÉNÉVOLES •
- UNE ÉQUIPE DE FRANCE
SUR TOUS LES PODIUMS
EN INDIVIDUEL OU PAR ÉQUIPE •
- UNE PARITÉ HOMMES-FEMMES •
- UN SPORT ÉDUCATIF, INCLUSIF
ET HUMANISTE •



**LE KYUDO EN FRANCE
MONTRE UNE PARITÉ
HOMMES-FEMMES.**



UN SPORT POUR TOUS

Varié et complet, le kyudo convient à celles et ceux qui cherchent une pratique exigeante mais accessible à tous. Ses bienfaits sur la santé s'exercent tant sur le plan physique que mental.

L'ouverture de l'arc comme les déplacements et postures sollicitent le corps dans son entier. L'attention portée à la qualité de la posture et du geste invite à la connaissance de son corps. La pratique en conscience, détente, gainage et extension, entretient et développe le souffle, la musculature, le placement, l'équilibre.

L'archer progresse dans sa vie de tous les jours : colonne vertébrale étirée, pieds ancrés dans la terre, cage thoracique ouverte, respiration abdominale, tonicité... Verticalité et horizontalité structurent les formes académiques de la gestuelle et guident le pratiquant vers une éducation (ou une rééducation) respectueuse et naturelle de la posture.

弓道



LA FRANCE, NATION DU KYUDO DE HAUT NIVEAU

La France, vainqueur de la Coupe du monde en 2010, vice-champion du monde en 2014, se distingue régulièrement à l'international comme dans les rencontres européennes. En individuel ou en équipe, l'équipe de France est de tous les podiums, prisant régulièrement la 1^{ère} place des compétitions.

France Kyudo maintient une haute exigence pour la qualité de pratique et de transmission de cet art séculaire présent et fédéré en hexagone depuis plus de 50 ans. Toutes les conditions sont réunies à haut niveau pour l'excellence de l'équipe de France.

DES VALEURS FONDAMENTALES

Marqué par la pensée confucéenne, le kyudo sert de support à la transmission de valeurs morales à travers l'étiquette. C'est une pratique calme mais tonique qui vise un idéal : la perfection en tant qu'être humain.

Les trois buts du kyudo sont : la Vérité (SHIN), la Bonté (ZEN) et la Beauté (BI).

· Le tir dans le kyudo doit être vrai : il ne s'agit pas seulement d'être habile, l'archer doit mettre à l'unisson son esprit (attitude), son corps (mouvements) et son arc (technique), en cherchant la plus grande simplicité. La cible alors devient fidèle miroir de soi.

· L'idée de bonté est associée à la recherche de vérité : une attitude et un comportement justes suscitent un état de calme physique et mental équilibré qui s'exprimera autant dans le tir que dans le quotidien.

· La beauté naît de la beauté formelle de l'arc, de l'attitude courtoise et respectueuse du kyudojin (pratiquant) ainsi que de l'harmonie de tous les mouvements dans la cérémonie du kyudo. La sobriété et l'apparente facilité de forme cachent un haut degré de précision, de maîtrise. L'ensemble du tir dégage ainsi élégance et raffinement.

En pratiquant le kyudo on cultive son corps, sa personnalité, les qualités humaines, la force de caractère, la connaissance de soi et le respect des autres.



***CHAQUE FLÈCHE LAISSE UNE
TRACE DANS TON CŒUR ET
C'EST LA SOMME DE CES
TRACES QUI FERA DE TOI UN
MEILLEUR TIREUR.***

- P. COELHO -

UNE DIMENSION ESTHÉTIQUE ET SPORTIVE

Une grande importance est donnée à la qualité de la posture et du geste. La cible transpercée sera le résultat d'un placement correct, d'une respiration maîtrisée, d'un esprit calme et d'un enchaînement de gestes justes. C'est donc à la fois la dimension esthétique et sportive qui s'offre en spectacle à travers les cérémonies de tirs ou durant les compétitions.

La beauté du kyudo s'exprime également dans les tenues traditionnelles, le grand arc de plus de deux mètres aux courbures naturelles, le rythme lent cérémonial, et l'attitude digne et solennelle des archers aux lâchers puissants dans une intense concentration.



LE RAFFINEMENT, UNE INSPIRATION JAPONAISE

L'art du tir à l'arc traditionnel japonais est une inspiration parfaite pour **retrouver un peu de sérénité dans une pratique du corps et de l'esprit** où la performance de la cible se pare d'élégance et exprime de hautes valeurs morales.

Le kyudo **se pratique à tout âge** et vient apporter en ces temps modernes l'assurance de valeurs pérennes universelles qui peuvent être partagées : le dépassement de soi à travers l'effort, la solidarité, la bienveillance, le respect, l'attention. Le raffinement vient habiller le tout.

Devenu une Voie de réalisation intérieure, le kyudo unit la maîtrise technique très précise du tir à un travail en profondeur de concentration et de maîtrise de soi.

Le kyudo, discipline physique et mentale, allie avec raffinement noblesse du geste et éloge de la simplicité.



UN LIEU UNIQUE EN FRANCE, LE KYUDOJO NATIONAL DE NOISIEL

Les kyudojo sont les lieux de pratique traditionnels du kyudo. En France, si certains clubs ont pu recréer un kyudojo, la pratique se fait la plupart du temps dans les installations municipales existantes.

Le « Kyudojo National de Noisiel » (association K2N) a été construit en 2013, selon la tradition japonaise : il respecte les spécifications fonctionnelles d'un kyudojo, tout autant que les qualités d'esthétique donnant au lieu une atmosphère appropriée à la pratique de la discipline.

Il a été inauguré en juin 2014 par Son Altesse Impériale, la Princesse HISAKO NORIHITO de Takamado.

En tant que dojo public, il est ouvert à tout pratiquant de kyudo. Il est par ailleurs le kyudojo de référence en France et privilégié pour les événements d'envergure internationale se déroulant sur le territoire.





**Découvrez l'art martial traditionnel du tir à l'arc japonais
et trouvez un club près de chez vous sur KYUDO.FR**



FRANCE KYUDO

814 rue des Quatre Seigneurs · 34090 Montpellier

Nous écrire : contact@kyudo.fr



[@francekyudo](https://www.instagram.com/francekyudo)

France Kyudo est affiliée

