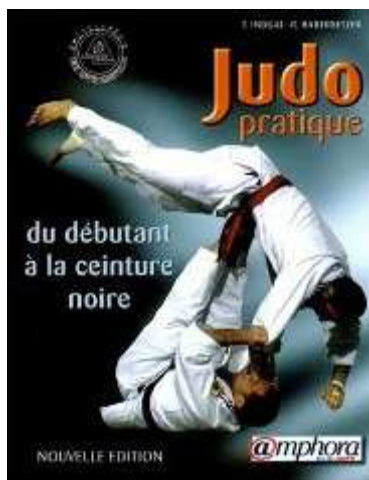


## " Judo pratique ", du débutant à la ceinture noire



[lien du livre sur http:// www.ed-amphora.fr](http://www.ed-amphora.fr)

[lien du livre sur http://www.amazon.fr](http://www.amazon.fr)

**La toute nouvelle édition, entièrement revue et augmentée, de l'un des best-sellers de la collection "Encyclopédie des Arts Martiaux" des Editions Amphora, est en librairie !**

Cet ouvrage de 400 pages s'adresse à tous les Judokas (mais spécialement aux Judokas en France), auxquels il propose en un texte clair et précis, appuyé sur des illustrations parfaitement lisibles, un véritable manuel pratique complet qui traite de tout ce qu'il est indispensable de connaître pour l'obtention de la ceinture noire de Judo.

Ce livre est, dans sa nouvelle édition, une **véritable banque de données** puisqu'il s'appuie sur **trois classifications** : celle, originelle, du Gokyo japonais, celle de la progression classique française classique et celle désormais en usage auprès des plus jeunes judokas, qui constituent 80 % des effectifs de la Fédération Française. Ainsi classés par ordre d'apprentissage, de la ceinture blanche à la noire, avec rappel des programmes d'examens, les 78 techniques de base, les 100 enchaînement d'attaque et 77 techniques de contre-prises, le tout en 1200 dessins, font de ce "**Judo Pratique**" un **document unique qui vous accompagnera tout au long de votre progression !**

*... extraits de la présentation de R.Habersetzer ...*

... Je sais maintenant que, depuis sa toute première édition, le présent ouvrage a été une référence pour des dizaines de milliers de Judokas, en France comme ailleurs. La preuve éclatante que les commentaires techniques avisés de Sensei Inogai ont été perçus dans toute leur précision et leur justesse. Des qualités qui continueront à faire de ce "Judo pratique" un véritable livre de chevet pour qui chemine sur la "voie souple", jeune ou vieux, débutant ou expert, ici ou là-bas. Car ce qui est authentique se joue du temps, des modes, des frontières. Sensei Tadao Inogai était de ceux dont discours et jugement, fidélité aux valeurs du passé et engagement dans la société de son époque, ont fini par trouver dans le verdict des pratiquants la meilleure réponse à leurs efforts : il laisse dans ces pages, longtemps encore après lui, la marque des hommes de bien ...

J'ajouterai simplement, et en toute humilité, ces quelques conseils que le maître n'aurait sûrement pas désavoué, et qui prennent toute leur importance en un début de siècle où l'homme est si tenté de vouloir tout et tout de suite :

- . n'abandonnez jamais ...
- . n'arrêtez jamais de vous entraîner ...
- . ne croyez jamais que vous êtes arrivés au bout ...
- . ne croyez jamais que vous êtes le meilleur ...

Bon Judo !