

KENPO SPIRIT MAGAZINE

AMERICAN KENPO ET HAWAIIAN KENPO

N°1 MARS 2009

MAITRE DU KENPO

Le grand-maitre Paul Mills

HISTOIRE

Evolutions récentes de l'American kenpo

KENPO CONCEPT

The Outer Rim concept

PRATIQUANT DU MOIS

Edmond FRETU

REPORTAGE

Relations entre American kenpo et kung fu wu shu

ANALYSE TECHNIQUE

Les Rythmics timing patterns



Edmond Fretu
2009

Edito

"Kenpo Spirit magazine"?

Oui, l'ensemble peut paraître utopique à l'heure du multimédia, et d'internet de créer un magazine sur une discipline inconnue: L'**AMERICAN KENPO** du Grand-maitre **ED PARKER**.

Et alors?

Sans aucune prétention, "kenpo Spirit magazine" se veut modestement, un trait d'union entre les passionnés d'une discipline martiale méconnue mais pourtant extraordinairement riche, et des néophytes nombreux qui s'interrogent sur cette nouvelle discipline qui débarque sur l'hexagone.

Ce magazine est donc un moyen d'échange entre pratiquants avertis de cet Art, et néophytes, dans le but de faire connaître la valeur et toute la profondeur de cet Art neuf, loin des préjugés et poncifs véhiculés sur la culture américaine, capable de produire dans certains cas des œuvres empreintes du génie humain.

Ce mois-ci,

On examinera les évolutions récentes de l'American kenpo.

Ensuite, on fera connaissance avec le maitre Paul Mills, et son énigmatique sourire.

A noter au passage que sans le soutien de la "guillotine souriante", l'American kenpo de la branche A.K.K.I, ne pourrait exister en France.

On évoquera aussi l'une des marques de fabrique de la branche A.K.K.I de l'American kenpo: les "rhythmic timings patterns"; Ainsi qu'un concept vital de l'American kenpo: le concept du cercle extérieur.

On ira ensuite analyser les nombreuses relations "cachées" existant entre l'American kenpo et l'Art du kung Fu wu Shu chinois.

Enfin, Edmond Frety, nous dira pourquoi il pratique l'American kenpo, et ce que le système lui apporte dans les différents aspects de sa vie.

Bonne lecture.

SOMMAIRE

HISTOIRE

Evolution récente de l'American kenpo

LE MAITRE DU MOIS

Le grand-maitre Paul Mills « La Guillotine Souriante »

LE CONCEPT DU MOIS

The Outer Rim concept

REPORTAGE

Relations entre American Kenpo et Kung Fu wu shu chinois

LE PRATIQUANT DU MOIS

Edmond FRETU « De la robe au Kimono »

ANALYSE TECHNIQUE DU MOIS

Les rhythmic timings patterns

Mais aussi ...

News sur le kenpo

Revue de presse, lectures

A VENIR DANS LE PROCHAIN NUMERO

HISTOIRE

LES EVOLUTIONS RECENTES DE L'AMERICAN KENPO (PERIODE DE 1990 à NOS JOURS)

Au décès du Grand-Maitre Ed Parker, le système qu'il avait développé et mis en place avait atteint toute sa maturation.

Le maitre Ed Parker dans ses dernières interviews, déclarait avoir atteint ses objectifs sur la structuration théorique de son Art.

L'I.K.K.A (International Kenpo Karaté Association), l'organisation qu'il avait créée, était chargée d'administrer et d'assurer le développement de son système aux Etats-Unis et dans le monde.

A sa mort, la plupart des experts de son organisation décidèrent dans un premier temps de maintenir la structure du système et continuer son développement. Mais l'I.K.K.A tournant autour de la personne du maitre Parker, des dissensions se développèrent au sein de l'organisation et de nombreux experts et hauts gradés de l'American kenpo décidèrent alors de créer une nouvelle organisation pour préserver l'héritage du grand-maitre.

La première organisation importante mise en place pour assurer cette « survie », fut la W.K.K.A (World Kenpo Karaté Association): elle regroupait des hauts gradés tels que: le maitre Richard « Huk » Planas, Le maitre Joe Palanzo, ainsi que le maitre Frank Trejo.

Progressivement, de nombreux maitres vont s'éloigner de l'I.K.K.A et créer chacun leur propre branche.

Les raisons

Les différents experts ayant appris auprès du maitre Ed Parker dans des périodes différentes et ayant développé une sensibilité sur certains aspects spécifiques de l'Art, décidèrent d'explorer leurs points de vue au sein de leur propre organisation.

Le grand-maitre Ed Parker: Fondateur de l'American kenpo



D'autre part, les différentes évolutions dans le monde des arts martiaux avec:

Le développement du travail du bâton court et du couteau;

L'explosion du combat au sol à travers le Jiu-jitsu Brésilien d'autre part, poussèrent de nombreux experts à explorer d'autres registres techniques et à les intégrer au sein de l'American kenpo.

La structure technique du système telle que l'a développé le maitre Ed Parker, commençait à changer.

Certains experts restructurèrent l'ordre des techniques de défense personnelle, alors que d'autres se mirent à explorer d'autres directions de travail.

Mais, ces apports ne constituent t'ils pas une continuation de l'Esprit du maitre Ed Parker?

Le maitre Ed Parker a en effet toujours dit:

« When i am gone, i hope that people will not try to traditionnalize my Art: Because Kenpo is an Art of perpetual refinement »

(Lorsque je partirais, j'espère que certains n'essayeront pas de rendre mon Art traditionnel, car le kenpo est un Art de l'évolution permanente).

Les nouvelles évolutions ne sont donc pas en désaccord avec l'Esprit du maître Ed Parker, dès lors qu'ils respectent la théorie de l'Art, qui est comme une boussole guidant les pratiquants vers une pratique cohérente.

Parmi ces évolutions, on trouve les apports suivants:

« les innovateurs »

Le maître Paul Mills et l'A.K.K.I

L'A.K.K.I (American kenpo karaté International) est devenu aujourd'hui synonyme d'innovations et d'évolution dans le monde de l'American kenpo.

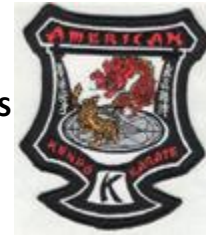
Le maître Mills et ses experts (voir ci-contre) ont à travers le concept des « Master keys »-«Clés de maîtrise », restructuré l'American kenpo en créant des schémas de mouvements pour développer la vitesse et l'explosivité des techniques et créés des drills interactifs améliorant la spontanéité des pratiquants.

Le système se focalise sur l'essentiel, s'appuyant sur ces « clés de maîtrise » qui créent une homogénéité entre les différentes branches de l'Art.

D'autre part, le travail des armes blanches a été particulièrement accentué à travers le concept d'« **Universal Weapon System** », qui se substitue aux anciennes formes 7 et 8 de l'American kenpo.



L'Ecusson de l'A.K.K.S



Le professeur Jeff Speakman et le système 5.0 de l'A.K.KS

Bio Express

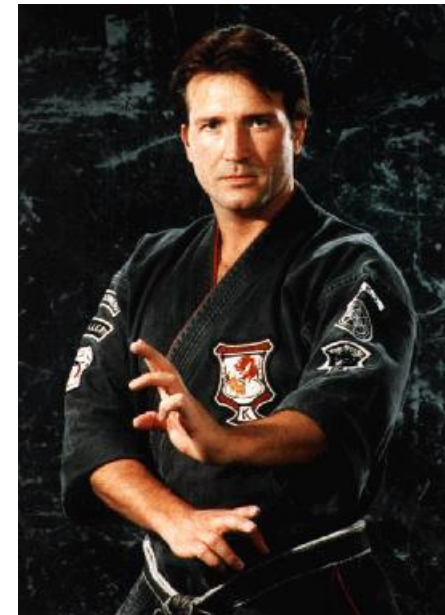
Dès 1978, Le professeur Speakman, commencera l'étude du Goju- ryu Karaté, sous la direction du maître Lou Angel, 10ème degré/ Dan en Karaté, à Joplin. Celui-ci le poussa ensuite à se rendre à Los Angeles, pour y étudier le kenpo karaté sous la direction du grand Maître Ed Parker.

Il va obtenir le grade de 1er degré ceinture noire en Kenpo, en 1984. Il travaillera ensuite de manière intensive avec le maître Ed Parker, au point de devenir son protégé et d'exprimer auprès de celui-ci, son désir de présenter le Kenpo dans des films. En 1989, devenu acteur, Jeff Speakman, signe alors un contrat pour quatre films avec les studios Universal. Le premier film qui en sortira, est l'arme parfaite.

Le professeur Speakman (ci-contre), ceinture noire 7^{ème} degré, va après de nombreuses années de recherches, créer une nouvelle structure technique avec une modification de nombreuses techniques de défense personnelle, et la création d'une transition entre les techniques debout et au sol.

Ce nouveau système est connu aujourd'hui sous le nom de **kenpo 5.0.**

Les différentes écoles de son organisation A.K.KS (American Kenpo Karaté Systems), enseignent dorénavant ce programme technique.



Le Maître Michael Pick de l'Universal Kenpo Fédération

Le Maître Pick, fut sûrement l'un des plus fidèles élèves du maître Ed Parker.

Il est connu pour avoir combattu avec Bruce Lee au studio de Pasadena: combat durant lesquels il arrivait à dominer celui-ci.

Il pratiqua exclusivement sous la direction du maître Parker, et fut l'un des rares à avoir reçu une instruction particulière sur le combat au couteau en American kenpo.

Après le décès du grand-maître Ed Parker, il décida de créer son organisation et d'apporter de nombreuses innovations à son Art.

Il a intégré de nouveaux sets (petites formes) et drills (enchaînement interactif) à deux fondés sur la domination du cercle extérieur.

D'autre part, le travail du couteau y est particulièrement développé.

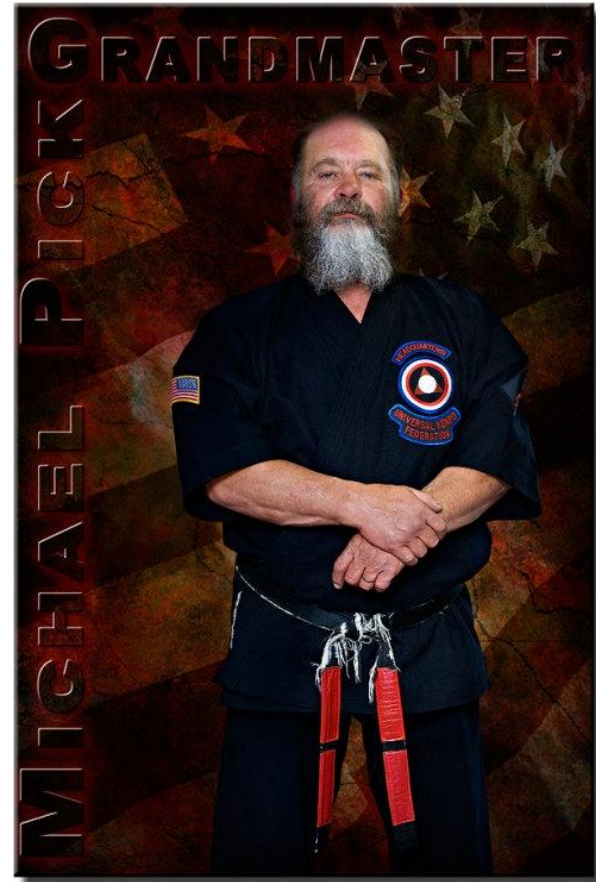
L'Écusson de la U.K.F



Le maître Pick, conduit souvent de séminaires aux États-Unis. Il est également connu pour entraîner de nombreuses troupes d'élites, notamment les forces spéciales des Bénévoles des États-Unis.

En matière de travail du couteau, le Maître Michael Pick, qui était déjà considéré comme le meilleur des combattants au couteau de l'American kenpo, fera durant de très nombreuses années, des recherches sur les concepts et sur les techniques spécifiques, atteignant un très haut niveau d'expertise dans cette forme de travail.

Sa conception de l'American kenpo est très guerrière, sûrement influencée par les années passées au Vietnam, durant lesquelles il eut à combattre pour se maintenir en vie.



LES « TRADITIONALISTES »

Le maitre Larry Tatum

Il est sûrement l'un des maitres les plus médiatisés de l'American kenpo.

Qui ne connaît pas ses enchainements techniques explosifs, et son allure de « star » de cinéma?

Il fut l'un des instructeurs en chef de l'école de Pasadena (le quartier général de l'American kenpo).

Il a formé durant cette période, de nombreux pratiquants parmi les experts actuels les plus en vue (durant les voyages du maitre Parker).

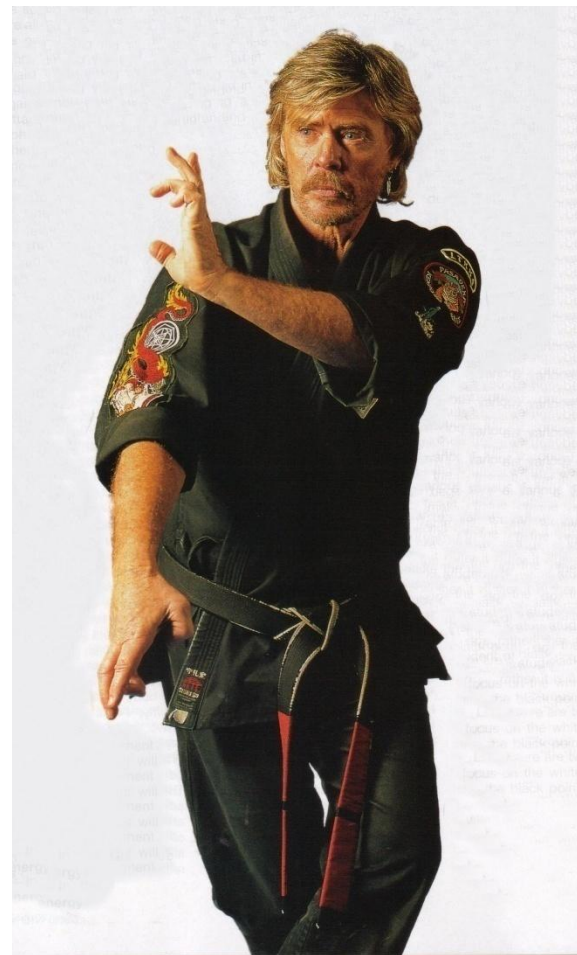
(Il formera notamment Jeff Speakman, Mohamed Tabatabai).

Il se sépara du maitre Parker de son vivant, et créa sa propre organisation: la L.T.K.K.A (Larry Tatum Kenpo Karaté Association).

Il a créé une série de vidéos/DVD sur l'Art du kenpo, et continu à diffuser de nombreux DVD sur le système.

Il enseigne l'American kenpo tel qu'il l'a appris du maitre Ed Parker, sans la moindre modification.

C'est sûrement le meilleur promoteur de la forme « classique » de l'American kenpo.



Le maitre Richard « Huk » Planas

Il fut un des vice-présidents de l'I.K.K.A, et voyagea souvent avec le maitre Parker.

Il pris par à la structuration du programme technique.

C'est de ce fait un des plus grands connaisseurs de cet Art.

Grand théoricien de l'American kenpo, il cerne parfaitement les différents principes et concepts de l'American kenpo.

Il est très régulièrement invité à de nombreux stages à travers le monde.

C'est également un expert en arts martiaux philippins.

Le maitre Planas (alors 7^{ème} degré) en compagnie du grand-maitre Ed Parker



L'écusson de la W.K.K.A



Le maitre Joe Palanzo

Il est le président actuel de la Worldwide Kenpo karaté Association (**W.K.K.A**) (**Ci-contre en Kimono rouge**).

Il a travaillé avec le maitre Parker comme la plupart des experts de 1966 à 1990, et sera même un des vice-président de l'organisation du maitre Parker (l'I.K.K.A).

Son organisation est restée attachée au programme traditionnel de l'American kenpo tel qu'il était en 1990 au décès du grand-maitre Ed Parker.

D'autres grands noms de l'American kenpo font partie de cette organisation: c'est notamment la cas du discret maitre Tom Kelly, mais aussi du maitre Frank Trejo.

L'enseignement dispensée ici reste donc classique.



Le maitre John Zepulveda

Il s'agit d'un des experts en vue de l'American kenpo.

Il est à la tête de l'A.K.T.S (American Kenpo Training Systems).

Dans cette organisation, le programme technique « classique » est également enseigné. Cependant, l'ordre des techniques de défense personnelle a été remaniée dans les différents niveaux de ceinture.

Son organisation regroupe un très grand nombre d'écoles à travers le monde.



Le maitre Frank TREJO

Le maitre Trejo, est un très célèbre expert de l'American kenpo, connu pour être l'un des rares à avoir brillé dans de nombreuses compétitions de kickboxing aux Etats-Unis.

Il dirigea pendant un certain nombre d'années l'école de Kenpo de Pasadena.

Il participera à l'époque héroïque du développement et de la diffusion de l'American kenpo.

Il est aujourd'hui connu dans le circuit des Experts comme étant l'un des rares à enseigner les différentes distances de combat à travers son concept de « Kenpo Fusion».

Il est également un expert du travail du trapping (saisies et contrôles des bras adverses) en kenpo.

Le maitre Frank Trejo, lors d'un séminaire d'American kenpo.



Maitre du mois

Le maitre Paul Mills : La "Guillotine souriante"

Le maitre Paul Mills est l'un des fondateurs et le président actuel de l'American Kenpo Karaté International (A.K.K.I).

Le maitre Paul Mills, est l'un des maitres les plus connus de l'American kenpo.

Le maitre Mills, a commencé la pratique des arts martiaux, directement par l'American kenpo, autour de ses dix-huit ans.

Quelques années plus tard, il effectuera de nombreux et longs déplacements pour apprendre directement le kenpo sous la direction du grand-maitre Ed Parker.

Il va plus tard devenir représentant régional de la discipline.

Il va former un grand nombre de pratiquants donc certains resteront ses disciples, et il formera à leur demande l'A.K.K.I en 1997.

Parallèlement à sa pratique de l'American kenpo, le maitre Mills, va effectuer des recherches très poussées sur les divers moyens de développer la vitesse d'exécution.

Grand adepte du tir au pistolet chronométré, sport populaire dans lequel il détient de nombreux titres mondiaux, il va utiliser ses compétences en la matière pour apporter de très nombreux changements dans les schémas techniques du kenpo:

Grace à ces nombreux apports, l'American kenpo a atteint une autre dimension en matière d'économie de mouvement et de vitesse d'exécution.





Il est un digne représentant de l'Art de l'American Kenpo créée par le grand-maitre Ed Parker.

Les pratiquants du groupe de l'A.K.K.I, se caractérisent de ce fait dans leur travail par une capacité à appliquer leurs techniques de manière très explosive, et ce malgré une économie extrême du mouvement.

Tous les changements intégrés à l'Art de l'American Kenpo, nous proviennent des recherches effectuées par le maitre Mills et ses disciples les plus fidèles.

Il développe à plus de soixante cinq ans passés une phénoménale vitesse d'exécution et une puissance de frappe incroyable, tout ceci avec toujours le même sourire énigmatique au coin des lèvres –qui lui vaut le surnom de "Guillotine souriante"- "Smiling Guillotine".

Le concept du mois

The OUTER RIM CONCEPT

L'American kenpo, dans sa volonté d'opposer une défense hermétique aux éventuelles attaques, s'appuie sur le concept du cercle extérieur.

Il permet en effet, de déterminer un espace limité permettant de réduire les risques d'être touché par une attaque adverse.

Cette zone en forme d'œuf, s'étend sur la hauteur (***height zone***), du niveau des yeux, aux parties génitales et pour la largeur (***width zone***), d'une épaule à l'autre.

Elle est destinée à apprendre au pratiquant à réduire l'axe, la courbe de ses mouvements, car selon un dicton de l'American kenpo "les grands cercles apportent de gros problèmes".

Cette théorie, couvre les zones en hauteur et en largeur, et varie avec elles.

Ainsi, le cercle extérieur sera toujours fonction de la morphologie de chaque pratiquant.

Ce concept, lui permet d'ajuster ces mouvements, en les maintenant toujours dans ce cercle étroit, garant de sa sécurité en situation de combat.

Reportage

Les relations entre l'American kenpo et le kung fu wu shu chinois



L'Art de l'American Kenpo, est un système de combat résolument moderne, donc la structuration s'est faite de 1960 au début des années 90.

Cependant, même s'il continu son évolution, il n'en demeure pas moins que les racines profondes de ce système, se retrouvent dans les arts martiaux chinois.

De nombreux historiens ont tendance à rattacher les racines du kenpo au Japon:

Même s'il est vrai que le système initialement introduit sur l'île par le maître James Mitose, était purement japonais, il a cependant subi de nombreuses mutations sous l'impulsion du professeur William K.S Chow -le maître et enseignant d'Ed Parker-, au point de créer une nouvelle branche: la branche hawaïenne de kenpo.

Le maître Parker à partir de cet acquis initial, va à travers de nombreuses rencontres avec des experts chinois de styles traditionnels de kung fu wu shu (tels: le Hung gar, le Choy Lee Fut, mais aussi, le kung fu des cinq (5) animaux, le Tai chi chuan), restructurer progressivement son système.

De même, sa rencontre avec Bruce Lee, va le pousser à intégrer de nombreux concepts issus du Wing Chun kung fu.

Il prendra le meilleur de ses Arts de combat traditionnels chinois, et après analyse à travers le prisme des concepts et principes du kenpo, il va les combiner au Kenpo hawaïen appris auprès du professeur William Chow.

Cette filiation chinoise transparaît dans de nombreux aspects de l'American kenpo :
On retrouve la même structuration technique:

Les techniques de base, notamment les positions et déplacements de base:
Leur désignation est bien sur "américanisée", mais il s'agit en général d'une transcription du terme anglais d'origine.

De même, la structure de chaque position est en American kenpo adaptée à la morphologie du pratiquant.
Techniquement, l'American kenpo est très proche des systèmes de combat chinois, avec la même recherche de fluidité et de souplesse dans les enchaînements.

Lorsque l'on examine les formes techniques et les sets (petites formes) de l'American kenpo, on est frappé par leur grande similitude avec les taos (formes) chinois:

On retrouve le même soucis d'enchaînement de techniques, et ce dans de nombreuses directions.

On a également la même longueur desdits enchaînements techniques.

Bien entendu, ceci est du à l'influence des systèmes chinois sur le travail du maitre Parker.

Cette filiation est d'ailleurs conservée dans la forme du salut effectué lors de l'exécution de ces formes:

On a une référence au tigre et au dragon: les deux animaux mythiques du temple de Shaolin, berceau incontesté des arts de combats chinois.

Le maitre Parker a donc voulu créer un système de combat moderne qui plutôt que de rejeter sa filiation ancienne aux arts martiaux chinois, s'y attache, tout en l'actualisant constamment pour l'adapter à notre époque.

Le pratiquant du mois

EDMOND FRETY: « DE LA ROBE AU KIMONO »

BIO EXPRESS

Edmond-Claude FRETY, 34 ans, **Avocat à la Cour d'appel de Paris** depuis 2001, j'exerce dans le domaine du contentieux des affaires, du droit pénal et de la propriété intellectuelle

Ceinture Bleue en American kenpo A.K.K.I

Administrateur Facebook de l'Académie Française d'American kenpo A.K.K.I.

Mon expérience passée des arts martiaux ?

Comme beaucoup d'enfants ou d'adolescents, j'étais très attiré par les arts martiaux, notamment par les valeurs du budo japonais, le Japon ancien, les écoles traditionnelles ou les mouvements millénaires du kung fu. Aussi caricatural ou naïf que cela puisse paraître, je me souviens même très bien du jour où j'ai vu mon premier Bruce Lee et je ne pense vraiment pas être le seul.



Ayant grandi dans le Limousin puis fait mes études à Limoges, à Poitiers, à Paris ou au Royaume-Uni, j'ai d'abord choisi et essayé des disciplines parmi celles qui étaient enseignées autour de chez moi : le judo bien sûr mais aussi les arts martiaux sino-vietnamiens tels que le viet vo dao thang long, le kung fu long ho hoï, ...Malheureusement, cette pratique un peu "saucissonnée" ne me satisfaisait plus puisqu'elle dépendait de l'endroit où je résidais, ce qui n'est pas l'idéal pour progresser.

J'ai donc eu l'envie plus tard de me fixer sur une discipline, une seule alors que Paris compte justement des centaines de clubs, des milliers de pratiquants et une myriade d'arts martiaux (japonais, chinois, vietnamiens, indonésiens,...), de sports de combats ou de grappling, de clubs de boxe tous styles confondus...etc., non sans une certaine propension à la concurrence parfois, comme s'il n'y avait qu'une seule discipline valable !

Bref, le choix impossible sauf à passer des heures à faire des cours d'essai.



Pourquoi le kenpo et que m'apporte-t-il par rapport aux autres systèmes?

C'est un pur hasard. Je pensais être encore très attaché au caractère traditionnel de la pratique martiale. Pourtant, à 30 ans passés, je n'avais plus vraiment envie de saluer la photographie d'un vieux maître fondateur ni de répéter des mouvements zoomorphes pendant des heures...

J'ai rencontré un jour Belmond MOUKOUDI à un forum des associations à Vanves puis j'ai suivi un premier cours de son art, l'American Kenpo, qui m'est apparu au contraire très moderne (même si sa généalogie remonte loin finalement), épuré et efficace à la fois, sans être simpliste. Cela fait plus de quatre ans que je le pratique maintenant, malheureusement pas assez à mon goût.

Ce que j'aime dans l'American Kenpo A.K.K.I, c'est sa modernité, sa crédibilité, son explosivité, son rythme, sa sonorité et d'une certaine manière sa beauté. Il est ouvert aux apports extérieurs mais débarrassé de l'inutile qui est souvent dangereux en self-défense. Il est scientifique, évolutif, compact, structuré et logique. On ne frappe pas à tel ou tel endroit par hasard. Il est composé de mouvements rythmiques, de "clés de maîtrise" ou de positions de base qui sont comme un squelette autour duquel vient se structurer tout un système de défense, avec ou sans armes.

Il existe plus d'une centaine de techniques à mains nues, d'autres avec armes (couteaux, bâtons), des formes (sortes de katas) mais pourtant il n'est pas figé : les clés de maîtrise permettent de faire encore et toujours évoluer cet art, ce qui le rend passionnant à décoder.

Finalement, c'est un "*art martial de self-défense*", efficace et adapté aux réalités de la rue mais où l'on trouve de quoi étudier pour plusieurs années et ce dans le respect des valeurs traditionnelles de tout art martial (politesse, respect de l'adversaire, ...).

Que m'apporte-t-il dans mon activité professionnelle et dans ma vie de tous les jours?

Parce qu'il répond à une agression et étudie les moyens de s'en défendre, je crois qu'il m'apporte une certaine confiance en moi, un certain calme et une certaine rigueur. C'est toujours utile tant en matière contentieuse, où les rapports ne sont pas toujours des plus pacifiques, que dans la vie professionnelle en général.

Intellectuellement, il oblige à la ténacité, à la régularité et au travail. Un art martial est un art, en ce sens qu'il est perfectible et dépend autant des capacités que de l'effort de celui qui le pratique.

Physiquement et psychologiquement, un entraînement d'American Kenpo est aussi un excellent moyen de relâcher la pression puisqu'il est à la fois exigeant musculairement mais en même temps fondé davantage sur le relâchement (qui crée l'explosivité) que sur la force.

- **Quels sont les objectifs que je veux atteindre et y a-t-il un expert que je préfère ?**

A court terme, être plus relâché dans mes mouvements et ma pratique et continuer à acquérir des bases solides. C'est même à mon avis l'unique moyen de progresser.

A moyen terme, j'aimerais passer une ceinture noire et commencer à enseigner à mon tour.

Pour le reste, il y a encore largement de quoi étudier pendant plusieurs années.

Les experts que je trouve les plus impressionnants en Kenpo sont Paul Mills et Larry Tatum.

- **Qu'est-ce que je préfère le plus dans la pratique du kenpo?**

En Kenpo, ce que je préfère, c'est la puissance générée à l'impact et le fait qu'elle ne dépende absolument pas de la force ou du gabarit du pratiquant. J'aime également sa focalisation sur les points dits "vitaux" et l'étude qui en découle.



L'analyse technique du mois

LES RYTHMICS TIMING PATTERNS DE L'A.K.K.I



La transcription littérale de ce terme pourrait être la suivante:
Schémas de mouvements techniques permettant par leur répétition constante de développer, la vitesse, l'explosivité et le rythme dans le travail technique du pratiquant.

Sous ce terme, totalement insignifiant pour un néophyte en American kenpo, on trouve un ensemble d'enchaînements techniques constituant le noyau central d'un très grand nombre de techniques, et qui lorsqu'ils sont maîtrisés, facilitent l'application des techniques.

Ces enchaînements sont destinés à permettre le développement de la vitesse, de l'explosivité technique et d'un rythme adéquat dans l'exécution des techniques de combat.

Ces séquences de mouvement qui s'imbriquent les unes dans les autres, lorsqu'elles sont absorbées à force de répétition, vont permettre au pratiquant de développer des actions de contre spontanées, vers les zones sensibles du corps de son adversaire.

D'autre part, ils enseignent aux pratiquants de principes clés tels que:

L'ancrage du coude, les clés de maîtrise, l'économie de mouvement, et le respect du cercle extérieur.

Il s'agit de procédés totalement originaux, permettant d'accélérer les temps d'apprentissage et rendant la maîtrise technique plus aisée.

Ce travail est proche des drills que l'on trouve dans les systèmes de combat philippins sous le nom de Hubot.

NEWS –STAGES- PARUTIONS- LECTURES SUR L'AMERICAN KENPO

SEMINAIRE AMERICAN KENPO BRANCHE A.K.K.I AVRIL 2009 A EVANSTON

Le prochain séminaire de l'American kenpo version A.K.K.I, aura lieu du 16 au 18 avril 2009 à Evanston. Nous ne manquerons pas de vous faire un compte rendu de ce séminaire dans notre numéro de mai 2009.

STAGE AMERICAN KENPO BRUXELLES (Belgique) BRANCHE PARKER/PLANAS

Le Maître Ingmar Johansson, (5^{ème} degré American kenpo), représentant pour l'Europe du GM Huk Planas (10^{ème} degré), était au Ki Center de l'instructeur de la BELGIAN KENPO KARATE ASSOCIATION François CALCUS ces 7 et 8 mars 2009.

SITE INTERNET ACADEMIE FRANCAISE D AMERICAN KENPO

Une nouvelle version du site de l'Académie française d'American kenpo est en ligne à l'adresse suivante:
www.americankenpofrance.com/academie
(vidéos explosives au rendez-vous)

EN LIGNE NOUVELLE VIDEO EXPLOSIVE SUR L'AMERICAN KENPO

Une nouvelle vidéo présentant les membres de l'Académie française d'American kenpo est en ligne sur les sites d'échange vidéo « You tube » et « Daily motion » depuis le mois de Février 2009.

AMERICAN KENPO SUR FACEBOOK

Le portail Facebook est devenu un passage incontournable pour les passionnés de tout bord: Pour les gens intéressés par l'American kenpo, de nombreuses pages s'ouvrent, donc récemment celle de l'A.K.K.I (American Kenpo Karaté International) France, administrée par Mr Frety Edmond (le pratiquant du mois...) (déjà il est omniprésent). A bientôt sur Facebook donc.

FORUM SUR L'AMERICAN KENPO

Pour tous les passionnés d'American kenpo et de kenpo Hawaïen, vous avez dorénavant la possibilité de poser des questions et discuter de votre passion sur le forum du site Kenpoweb (www.kenpoweb.com)

LE MOIS PROCHAIN DANS VOTRE NOUVEAU E-MAGAZINE

HISTOIRE

DU KENPO KARATE HAWAIIEN AU CHINESE KENPO

LE MAITRE DU MOIS

LE GRAND MAITRE ED PARKER FONDATEUR DE L'AMERICAN KENPO

THEORIE DU MOIS

THEORIE DES ZONES DIMENTIONNELLES

REPORTAGE

RELATIONS ENTRE L'AMERICAN KENPO ET KAJUKENBO

LE PRATIQUANT DU MOIS

JULIEN MOUNDOUBOU

ANALYSE TECHNIQUE DU MOIS

LES FORMES DE L'AMERICAN KENPO