

**Dimanche 19 avril 2026 Altkirch**

**Joshiro Maruyama au dojo d'Altkirch :**

**un stage d'exception pour les judokas de l'Espérance 1893**



Ce dimanche 19 avril restera une date marquante pour **Espérance 1893 Judo**. Nos 13 judokas ont eu l'opportunité exceptionnelle de participer à un stage de haut niveau animé par le judoka japonais Joshiro Maruyama, accompagné de son interprète — une expérience rare et précieuse qui ne se présente pas tous les jours.

La journée s'est articulée autour d'un travail technique riche et exigeant :

- Le matin, un focus approfondi sur **uchi-mata**, avec une recherche de précision, de timing et de déséquilibre.

- L'après-midi, un travail autour de **sode-tsuru-komi-goshi**, puis **tomonage**, permettant d'élargir les systèmes d'attaque et les enchaînements.
- La journée s'est conclue par des **randoris avec le champion**, un moment fort où chacun a pu se confronter à l'exigence du très haut niveau.

Au-delà des techniques, ce stage s'inscrivait dans une approche inspirée du judo japonais moderne. Judoka d'exception, double champion du monde (-66 kg en 2019 et 2021), multiple médaillé mondial et longtemps rival direct de Hifumi Abe, Maruyama s'est imposé comme l'un des techniciens les plus fins de sa génération. Son judo repose sur une précision extrême du kumikata, la maîtrise du déséquilibre (kuzushi), un timing millimétré et des enchaînements courts mais redoutablement efficaces. Aujourd'hui retraité du circuit international depuis 2025, il poursuit sa carrière dans la transmission à travers des stages et interventions techniques au Japon et à l'international.

L'objectif de cette approche n'est pas la force, mais l'efficacité : faire tomber avec justesse, au bon moment.

Un grand merci au président pour avoir rendu possible la venue de cet invité de haut niveau. Nous tenons également à souligner la présence de notre ancien directeur technique, lui aussi invité par le président du dojo d'Altkirch.

Félicitations à l'ensemble des participants pour leur engagement et leur sérieux. Ce type d'expérience marque les esprits et fait grandir, individuellement comme collectivement.

Nos participants ont été ravis de ce stage. Des dédicaces et des photos souvenirs ont clôturé ce stage exceptionnel. Ce stage restera une référence pour le club, une source d'inspiration durable et un véritable tremplin dans la construction d'un judo toujours plus exigeant et ambitieux.