

## **Comprendre le IPPON !**

Le Judo est un Art Martial où le duel à 100 % doit être la règle. Le Ippon correspond à la « mise hors combat » de l'époque des guerriers japonais du Moyen Age, voilà pourquoi il faut aller vers la recherche du Ippon, qui correspond à la défaite totale de l'adversaire, contrairement au Waza Ari qui n'engendre pas totalement la neutralisation de celui-ci.

Dans les combats de Samourai, c'était une recherche d'efficacité à un moment précis où l'attaque entraînait la mort de l'un des deux (parfois des deux). Il fallait prendre le risque.

On doit retrouver cet état d'esprit dans les arts martiaux modernes. L'emporter sur une attaque, ou une défense. Ippon est atteint grâce à la prise de risque. Il est la mémoire de ces combats mortels de l'ancien temps où l'on triomphait sur un coup de sabre ou une technique de Jujitsu.