



NEWSLETTER n°5

CONTROLÉ DE SO
POLITESSE
SINCÉRIÉTÉ
MODESTIE
COURAGE
AMITIÉ
RESPECT
HONNEUR

Janvier 2025

ÉVÉNEMENTS :

>> **SAMEDI 22 MARS : Le Tournoi du club** : événement majeur de la saison pour le club, nous aurons besoin de toutes les bonnes volontés pour qu'il se déroule dans les meilleures conditions. Il aura lieu dans la Salle polyvalente de 10h à 18h. Je reviendrai vers vous très vite pour les détails.

>> **PROCHAINES COMPÉTITIONS et STAGE :**

Le samedi 8 février : Arthur, qualifié au Championnat régional Cadet 1ère Div Dojo régional.

Le dimanche 23 février: Tournoi Label A Minime/Cadet, Vendéspace.

Les samedi 8 & dimanche 9 mars: au Dojo du Croissant, districts Poussins et Benjamins.



COMPÉTITIONS & RÉSULTATS :

Voici les résultats des compétitions amicales ou officielles auxquelles nous avons participé ce mois-ci.

FÉLICITATIONS à toutes et tous nos judokas !

Dimanche 19, **Championnat 1ère Div Cadet.tes** :

Amélie-Mei, Kenzo, Samy, et Arthur y étaient présents.

• Amélie-Mei perd son 1er combat, et ne sera pas repêchée. Fin de compétition, grande déception !

• Même scénario pour Kenzo. Très déçu également, mais c'était une première compétition depuis longtemps.

• Samy perd également son premier combat mais il est repêché. Malgré une belle attitude combative, il s'incline et perd sa 2nde rencontre.

• Ils étaient 3 inscrits dans sa catégorie, mais seul Arthur s'est présenté. Il est donc premier et qualifié pour les Régions.

Samedi 25, **championnat Régional Minimes** :

Jade est présente au dojo Régional d'Angers avec une dizaine d'autres combattantes dans sa catégorie.

Elle perd son premier combat face à la future 1ère. Elle est repêchée, mais s'incline à nouveau, face à la future 3ème...

Une première expérience en régions, dont il faudra tirer des leçons pour les prochains championnats.

Samedi 18 : **Stage Commissaires Sportifs UV4** :

Pas de photo de nos judokas mais Léandre, Franck, et Arthur ont participé à ce stage CS afin d'obtenir l'UV4.

L'UV4 est l'une des unités de valeur à avoir pour pouvoir prétendre à la ceinture noire 1er Dan.

En outre, et grâce à ce stage, ils pourront participer en tant que CS à une compétition au nom du club pour le Tournoi Arbitral.

En plus de ce stage, il leur faudra officier une journée complète pour mettre en pratique ces nouveaux acquis.





On peut traduire le mot **Taisō** par « exercices physiques », définition la plus générale pour cette activité. Ce sont des exercices de base d'éducation du corps, comme de l'esprit.

Ainsi, les exercices réalisés le matin devant la télé ou en écoutant la radio, sont appelés au Japon radio taisō.

En japonais, la gymnastique en tant que compétition sportive se dit *taisō kyōgi* mais on peut contracter ce mot en *taisō*, tandis que la gymnastique à l'école se dit *taiiku* (« éducation du corps »). Notre Larousse le définirait ainsi : « exercices réalisés avec le corps ayant principalement pour but de préserver la santé ou la force physique ».

Animation Galettes des Rois...

Comme chaque année, nous avons organisé, en ce mois de janvier, notre animation petits et grands autour de la galette des rois. Nous nous sommes retrouvés dans la salle polyvalente pour jouer à nous rouler par terre façon Judo, Jujitsu ou JJB. Mais avant cela, nous nous sommes échauffés en mode Taïso : jumping Jack, Burpees, et autres joyusetés !

S'en est suivie une démo technique Jujitsu, par Loïg et Bernard, Judo et JJB, par Xavier et Anthony. La galette devait être bonne puisqu'elle a été rectifiée en très peu de temps. Merci à **Stéphane**, et à la **Maison Becam** (Orvault bourg) pour ces magnifiques brioches des rois.

Nous avons passé une bonne après midi. Nous avons juste regretté le manque de gradés ados/adultes...

v



Notre sensei Dominique a intégré cette année le bureau du CD44, et il a en charge, entre autres, d'organiser la traditionnelle cérémonie des vœux.

C'est à cette occasion que sont remis les diplômes de grades. Et nous avons deux promus cette année : Hervé et Freddy, Ceinture noire 2ème Dan.

Sur la photo, de gauche à droite : Freddy, Titouan, Dominique, Zachary, Hervé et Bernard.

>> **Section JJB** : Nous avons eu le plaisir d'accueillir Ludo, vice champion d'Europe, et élève de Raphaël pour nous faire cours vendredi 24. En effet, Raph était au Portugal à l'occasion de cet événement Européen pour tous les combattants JJB présents.

>> **Tournoi Judo Orvault** : Je vous transmettrai très prochainement un Forms Online pour que vous puissiez nous dire quels sont les postes que vous pourriez occuper : accueil, arbitrage, logistique, ... pour que nous sachions sur qui compter. Merci d'avance !

ANNIVERSAIRES :

En février, nous fêtons l'anniversaire d'**Hugo, Dominique, Mohamed, Wesley, Christophe, Margot, Raphaël, Séverine, Camille, Anas, Xavier, Manon, Luis, et Eugène.**

Nous leur souhaitons à toutes et tous **UN TRÈS JOYEUX ANNIVERSAIRE !!**