



NEWSLETTER n°05

CONTROLÉ DE SOI
JUSTESSE
SINCÉRIÉTÉ
MODESTIE
COURAGE
AMITIÉ
RESPECT
HONNEUR

Janvier 2026

ÉVÉNEMENTS : le samedi 11 avril, Tournoi Interclub Judo Orvault.

PROCHAINES COMPETITIONS et STAGE :

- **Samedi 1er février** : Championnat Régional Individuel Cadet.tes : **Amélie-Mei**.
- **Samedi 07 février** : Grand Slam de Paris : **Zacharie Dijol** (-60kg) et oui, le fils de Dom' !
- **Samedi 14 Février** : Championnat Indiv Departemental Séniors : **Jean, Xavier**.
- **Dimanche 15 février** : Open de Vendée Minimes / Cadets (Label A) Vendéspace.
- **Samedi 01 mars** : Championnat Régional individuel Juniors : **Arthur**.

⚠ **Inscription Obligatoire** via l'extranet pour les animations organisées par le CD44, la Ligue, ou parfois, certaines compétitions Interclub.



Le samedi 10 janvier avait lieu au dojo du Croissant, le championnat departemental cadet.tes. Nous avons 4 combattants engagés : Jeanne et Amélie-Mei pour les féminines, Luca et Mohamed pour les masculins.

Jeanne, pour sa première rencontre officielle en cadette, perd ses deux combats. Non qualifiée pour les régions. Mais ça reste une première expérience à méditer pour faire mieux l'an prochain, si elle le souhaite.

Amélie-Mei perd son premier combat malgré une belle attitude, et gagne son second. Elle se qualifie pour le championnat régional qui aura lieu le dimanche 1er février.

Luca et Mohamed perdent tous les deux leur premier combat, et ne seront malheureusement pas repechés. Non qualifiés pour les régions. Là aussi, là encore, une expérience à méditer pour les prochaines rencontres.



Le samedi 17 janvier, c'était au tour du JAC d'organiser son Interclub.
Nous avons 4 combattants engagés.

**FELICITATIONS A TOUS
NOS COMBATTANTS. ES !**



Le saviez vous ?

Le **Jujitsu Self-défense** : Le jujitsu est une méthode de self-défense efficace qui a beaucoup à vous offrir, quels que soient votre âge et vos capacités. Cet art de défense, essentiellement basé sur la vitesse et l'habileté, rend sa pratique idéale pour tous : hommes, femmes, et même enfants. Le jujitsu attire pour diverses raisons dont le plus fréquentes sont : trouver une méthode de self-défense pratique, développer et maintenir une condition physique, une endurance et une souplesse élevées, gagner en contrôle de soi, ou accroître sa concentration.

Basé sur une recherche d'efficacité pratique dénuée de tout artifice, le jujitsu est aujourd'hui une méthode de self-défense très populaires et compte des millions d'adeptes à travers le monde. Le jujitsu a prouvé son efficacité dans les formes de combat interdisciplinaires telles que les Ultimate Fighting Championships. Dans ces compétitions, les pratiquants de tous horizons et disciplines viennent confronter leurs capacités et leurs techniques.

D'après les chroniques anciennes du Japon, les origines du jujitsu remonteraient au début du XVIème siècle. Cet art martial était alors pratiqué par les samourais. Ces nobles guerriers suivaient un code de discipline très strict du nom de bushidô (la Voie du guerrier) qui plaçait au-dessus de tout la loyauté, le devoir, l'obéissance, l'honneur et le respect. Ce code de l'honneur guidait la vie quotidienne de ces guerriers et renforçait la ténacité et la détermination de leur esprit au combat.



Pour clôturer ce mois de janvier, nous avons 3 juniors engagés sur le Championnat Départemental. Les deux frangins Samy et Kenzo, respectivement -66 et -73 kg étaient dans deux des catégories de poids les plus nombreuses. Et en plus du nombre le niveau est là. Malgré une belle attitude au combat, ils perdent ce premier combat et ne seront pas repêchés. Fin de l'aventure.

Arthur quant à lui est engagé dans les -100 dans une poule de 4. 3 combats donc. Premier perdu sur une faute tactique, 2ème gagné sur un beau ippon, et le dernier perdu. Arthur prend la 3ème place et se qualifie pour le Championnat régional qui aura lieu le 1er mars.

Merci beaucoup à notre Community Manager Titouan d'être venu pour m'aider à coacher et prendre photos et vidéos.

👉👉 Une pensée pour Amélie-Mei, qui combat à Angers ce dimanche ! M...e !

ANNIVERSAIRES :

En février, nous penserons à **Hugo, Mohamed B., Elouan, Wesley, Quentin, Raphaël, Sandro, Luis Xavier O., Manon, Sonaël, Johan, et Eugène.**

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

Suite de nos aventures dans la Newsletter numéro 06 ...

