

DOJO INFOS

Saison 2003/2004

JANVIER 2004 N°9

Sommaire :

- Stage à Montlignon (p. 1)
- Réunion des Parents (p. 2)
- As des Supporters (p. 2)
- Noël des enfants (p. 3)
- Ceinture noire (p. 3)
- Tournoi de Paris (p. 4)
- La technique de... (p. 4)

www.ffjda.com

<http://membres.lycos.fr/avgartsmartiaux/>

Code moral**LA POLITESSE**

C'est le respect d'autrui

LE COURAGE

C'est faire ce qui est juste

LA SINCERITE

C'est s'exprimer sans déguiser sa pensée

L'HONNEUR

C'est être fidèle à la parole donnée

LA MODESTIE

C'est parler de soi sans orgueil

LE RESPECT

Sans respect aucune confiance ne peut naître

LE CONTRÔLE DE SOI

C'est de savoir lorsque monte la colère

L'AMITIE

C'est le plus pur des sentiments humains

SEPTEMBRE 2003

Nouvelle rentrée, nouvelle reprise pour tous. La saison sportive recommence enfin avec les cours de taïso et les cours de judo toujours assurés par Frédéric LIN et les cours de naginata assuré par Éliette DESBOIS.

Pour les membres du bureau, la saison commence bien tôt puisque le samedi 6 septembre 2003 ils distribuent des tracts aux sorties des écoles Fond de la Noue, Jean Moulin et Pierre de Coubertin. C'est ainsi que le lendemain, plus de 60 personnes s'inscrivaient au Forum des Associations qui se déroulait dans le parc de la mairie. Les arts martiaux étaient fidèlement représentés par le Groupement des Supporters.

Une semaine plus tard, au même endroit, les arts martiaux animaient leur kermesse. Une tombola s'y déroulait traditionnellement et un filet garni, offert par le marché de Villeneuve la Garenne, était à remporter en estimant son poids.

Pour ne pas s'arrêter la, le 21 septembre, les arts martiaux et le groupement des supporters tenaient un stand à la brocante de Villeneuve la Garenne, dans le Parc Municipal près de la salle des Fêtes.

Le mois de septembre s'est terminé par un stage de **préparation à la compétition les 27 et 28 Septembre.**

Stage compétition à Montlignon**27 et 28 Septembre 2003**

Frédéric et le club ont sélectionné cette année vingt et un élèves du club pour les préparer physiquement à la compétition. Ce stage est surtout une remise en forme et un décrassage de la longue période des vacances qui ne sont pas des plus bénéfiques sportivement.

L'objectif de ce stage est aussi de créer une symbiose sociale entre les élèves et qu'ils apprennent tous à se connaître au mieux. Comme on peut le rappeler le judo n'est pas seulement un sport individuel, de nombreuses compétitions se déroulent en équipe et impliquent d'autres aspects tactiques et affectifs.

Le stage s'est déroulé dans un très bon esprit et le club attend de ses stagiaires de bons résultats en compétitions.



Pascal MOTTAIS Président et Frédéric LIN en forme pour une nouvelle saison.



Forum des associations. Cyrille BOUGLIER, trésorier adjoint du club.



Forum des association. Eliette professeur de Naginata Nassima Nihili judokate ceinture marron, fidèle lors des manifestations.



Sur la première photo les vingt et un sélectionnés avec un T-shirt à leur effigie offert par les supporters. Une partie de volley pour développer l'aspect collectif du sport.

OCTOBRE 2003

Le jeudi 2 octobre les cours des babies judos reprennent. Les cours des pré-poussins, poussins et benjamins sont pleins.

De ce fait un nouveau créneau horaire fait son apparition le samedi après-midi. Ces cours sont assurés par Cyrille BOUGLIER DESFONTAINES, ceinture noire 2^e dan, au club depuis 15 ans déjà. Cyrille assure également des cours au Bouffémont athlétic club.

Ce même mois, le club s'enrichit de deux commissaires sportifs sous les noms de Alain GERNAULT et de Nassima NHILI. Il est important de noter qu'à chaque déplacement en compétition, chaque club doit fournir un commissaire sportif et un arbitre.

Le samedi 4 octobre a eu lieu la première compétition de club, suivi des **as des supporters** et de la **réunion des parents**. Les as des supporters ont été largement remporté par Léila NCIRI avec 132 points suivi de Alexis FALCIONI, Jeremy TASSIUS et Jessy MONTOSE.

Du lundi 6 janvier au vendredi 10 octobre, les photos du club ont été effectuées pour les calendriers.

Enfin du jeudi 23 au dimanche 26 octobre, quatre élèves du club ont participé à un stage judo au Touquet encadré par Frédéric LIN et Yann DUPRAS.



1^{re} Compétition de club:
Plus de 150 participants, compétition où tout le monde est récompensé.



As des Supporters:
Les premiers du concours général. En première place Léila NCIRI, absente ce jour la. Léila NCIRI est maintenant en pôle espoir judo à Tours.
Merci au supporters pour les récompenses toujours aussi attractives et motivantes.

Réunion des Parents

4 Octobre 2003

Cet article vise à sensibiliser les adhérents et les parents sur l'importance de cette réunion.

Il y a souvent trop peu de monde, et pourtant elle permet à tous de se mettre au clair sur tout l'avenir de la saison. Elle permet aux parents d'avoir une vraie interaction avec tous les membres du club et y est établie pour ce but.

D'autres part, le club voudrait noter l'importance d'essayer d'accompagner ses enfants en compétition, tout d'abord pour leur motivation mais aussi parce que Frédéric ne peut pas assumer plusieurs compétitions en même temps. Cela signifie que si il n'y a pas assez de parents, les enfants ne peuvent pas aller combattre. Pensez à eux.

Merci aux fidèles.

Classement des As

4 Octobre 2003

BABY JUDO:

Julian NIVERT

PETIT POUSSIN:

Sébastien MAKENDI

BENJAMIN:

Alexis FALCIONI

CADET:

Amar ATTAF

NAGINATA: Marc GERUN, Sylvie DUPUY

COQUILLE:

Imran DARABID

POUSSINS:

Florian LEROY

MINIMES:

Keevin BRONDEAU

JUNIOR/SENIOR:

Sylvain BARBOSA

NOVEMBRE 2003

Le mois de novembre voit le début des compétitions et Tournoi. Le 1^{er} et 2 novembre a eu lieu une compétition à LEERS, ville situé à la frontière belge. Le samedi les minimes et cadet combattaient quant au dimanche il était réservé au seniors. Le club voit une place de premier, deux places de deuxième et une place de cinquième. Le 9 novembre a eu lieu un tournoi à Auvers sur Oise. Frédéric LIN s'y classe 5^e. Cinq autres compétiteurs y participent. Le samedi 15 novembre, Pierre TAKOUDJOU participent au Paris-Kyoto. Le 29 novembre se déroule un tournoi à Éragny pour les poussins en même temps que les district nord pour les benjamins minimes à Villeneuve la Garenne. Ce sont 25 benjamin et minimes de Villeneuve la Garenne qui se qualifient pour le département. Le dimanche 30 novembre, 10 personnes participent à un stage national de naginata à Rocquencourt.

DECEMBRE 2003

Le 3 décembre, Frédéric LIN, Matthieu BERGOGNER et Jérôme COPIN participent à un entraînement de masse à l'institut national de judo. Tous les adhérents du club à partir de cadet peuvent y participer. Cela se déroule tous les mardi à l'I.N.J. qui se trouve à la porte de Châtillon. Cet entraînement permet réellement d'évaluer son niveau et de combattre avec d'autre partenaire. Le 6 décembre une équipe benjamin et une équipe minime participent à un tournoi en faveur du Téléthon à Asnières sur Seine. L'équipe benjamin se classe 7^e et l'équipe minime se classe 2^e.

Le dimanche 14 décembre s'est déroulé le **noël du club**, avec un jeu pour les enfants, un concours de gâteau pour les mamans et des goûters offerts par le Groupement des Supporters.

Du lundi 22 décembre au vendredi 26 décembre avait lieu le traditionnel stage de Noël animé par Frédéric LIN et Cyrille BOUGLIER DESFONTAINES. Judo mais aussi sorties et activités collectives étaient au programme de ce stage qui se déroulait au centre Philippe CATTIAU.



Noël des enfants

14 Décembre 2003

Cette année le jeu consistait à gagner des épreuves pour remporter une pièce de puzzle. La première équipe à finir le puzzle était victorieuse. C'est l'équipe de Christophe PHU qui s'est brillamment imposée. Dix équipes étaient en course, plus de 130 enfants étaient présents, plus une vingtaine d'encadrants pour pouvoir mettre en place ce jeu géant. Dans le dojo s'est ensuite déroulé le concours de gâteaux remporté par Mme RAKOTO, maman de Erico. Nous pouvons féliciter les deux bureaux pour la mise en place de cet événement.



L'équipe gagnante emmenée par Christophe PHU, bizarrement transformé en Geisha par nos deux maquilleuses, Virginie LIN et Stéphanie DUMARET.

JANVIER 2004

Bonne année à tous les adhérents, les parents d'adhérents et les membres des deux bureaux.

Le samedi 10 janvier s'est déroulé la cérémonie des vœux. Les vœux ont été formulés par les deux professeurs et par le président de la section. Frédéric a reçu de la part de tous ses élèves un appareil photo numérique, et Éliette a reçu un coffret de parfum par ses élèves. Ils remercient vivement tout le monde pour ces supers présents.

Dans un même temps, **Matthieu BERGOGNER** obtenait ses derniers points en compétition pour l'obtention de sa ceinture noire.

Enfin le 25 janvier se déroulera la coupe individuel minime et la coupe individuel benjamin à Colombes.

Une nouvelle ceinture noire



Le 10 janvier, Matthieu BERGOGNER est devenu ceinture noire. Ce brillant élève de 16 ans, donc cadet, nous est resté fidèle malgré son déménagement à Conflant Saint Honorine. Il s'entraîne parmi nous tous les mardi et vendredi. C'est la première ceinture noire de sa génération au club. Ses résultats laissent présager un bel avenir pour ce judoka sérieux et régulier. Il est un exemple pour les plus petits, un amis pour les plus grands, et un beau gosse pour les nanas... Bravo à lui. Christophe PHU et Nathan DOS SANTOS seront certainement les prochains à obtenir leur ceinture.

Le rédacteur en chef sous les projecteurs

13 Janvier 2004

Bravo à Jérôme COPIN, rédacteur en chef de Dojo Info et secrétaire du bureau de l'A.V.G. Arts Martiaux, qui a réussi avec talent une épreuve difficile du Bigdil. Le 13 janvier à 18h00, tous les fans de Jérôme étaient assis, avec le souffle à la bouche pour regarder son passage dans le jeu télévisé.

L'air décontracté et le stress au corps, Jérôme est rentré avec son adversaire sur le plateau. Après une présentation par Vincent LAGAF place. Un duel difficile sur une dessus de la piscine. But du jeu : planche qui remonte verticalement l'eau. Jérôme remporte la à la seconde partie, trop mouillé il manche, nous sommes dans le stress nous envahir. Jérôme de toutes ses forces, il accroche son corps, il tient et remporte le duel. Les applaudissements envahissent le plateau télé et Jérôme remporte un quad de 345 cm³. L'animateur lui propose de rejouer son gain, mais déjà très content de son beau cadeau Jérôme refuse et devinez ce qu'il y avait dans le garage??? La voiture!!!!!! Mais non déçu, Jérôme quitte le plateau le sourire au visage en pensant déjà aux belles balades sur la plage avec son engin. C'était un petit clin d'œil à notre Jéjé national qui toute l'année rend hommage dans son journal aux autres! Alors en attendant de le retrouver sur le devant du tatami... Bonne balade et encore bravo.



des deux candidats, le jeu se met en planche en plexiglas horizontal au adhérer le plus longtemps sur la pour faire tomber les candidats dans première manche haut la main, mais glisse d'un coup dans l'eau. Dernière public avec Cyrille et nous sentons le remonte sur le plexiglas et s'agrippe gros doigt de pied gauche, la rage au

*Virginie Lin et Cyrille Bougliez
Fidèles admirateurs*

Tournoi de Paris

7 et 8 février 2004

Les 7 et 8 février 2004, c'est la fête du judo à Bercy. Le tournoi de Paris est le dernier événement mondial en France avant les J.O..Qualificatif pour les Jeux, il reste un rendez-vous incontournable...

Le tournoi de Paris c'est près de 25000 spectateurs, 500 athlètes, 300 bénévoles et 50 nations. Le tournoi de Paris est d'abord une grande fête du judo.

Le samedi 7 février 2004, se déroulera les catégories masculines des moins de 60kg, 66kg, 73kg, 81kg, et les catégories féminines des moins de 48kg, 52kg, 57kg. Le dimanche se déroulera les catégories masculines des moins de 90kg, 100kg et plus de 100kg, et la catégorie féminine des moins de 63kg, 70kg, 78kg et plus de 78kg.

Les ventes et réservations sont disponible à la FFJDA au 01 40 52 16 90, ou vous pouvez avoir de plus amples renseignements auprès de Frédéric et Pascal.

La prise préférée de...

Erwan MOTTAIS

Ma prise préférée est Harai goshi.

Pour la faire il faut tirer uké (l'adversaire) vers soi pour le mettre sur la point des pieds, après, mettre la main droite au col et tournée à gauche comme pour faire demi tour. (pour les gauchers tournés à droite). Mettre uké sur sa hanche droite et faucher avec sa jambe ses jambes à lui, en plus de baisser et tourner la tête comme pour regarder à gauche, et la prise est faite. Attention au contre si tu es trop loin et en plus on risque de tomber avec lui



Erwan Mottais

Ont participé à cette huitième édition Jérôme COPIN , Virginie LIN, Cyrille BOUGLIER et Erwan MOTTAIS.