



DOJO INFOS

N°13



Saison 2005/2006 FEVRIER 2006

A.V.G. ARTS MARTIAUX

COMPETITIONS DE CLUB, AS ET VŒUX DES PROFESSEURS

Le 1er octobre se déroulait la 1^{ère} animation de club qui regroupait 120 enfants pour des combats amicaux. Pour les plus jeunes, ce fut leur première compétition. L'après-midi clôturée par les remises de récompenses des AS honoraient les meilleurs compétiteurs de la saison passée.



Remise des cadeaux des professeurs

La 2e compétition du club a eu lieu le samedi 7 janvier ainsi que les vœux aux professeurs : Frédéric s'est vu offrir un téléphone portable, un sweat-shirt pour Cyrille et Éliette, le professeur de Naginata une assiette japonaise. A vous de jouer, Praticants de tous âge pour la saison à venir.

L'échauffement avant la compétition



CARREFOUR DES ASSOCIATIONS

Chaque année, à l'occasion du carrefour des associations, le Groupement des Supporters et l'AVG Arts Martiaux tiennent un stand. Cette année, le dimanche 11 septembre 2005 dans le parc de la mairie, nous avons réalisé un nombre important d'adhésions. C'est en fin d'après-midi que certains judokas du club ont fait une démonstration sous les yeux ébahis des spectateurs.

TOURNOI MICHEL BONNET

Le 26 novembre 2005 se déroulait le Tournoi Michel Bonnet. C'est avec 6 équipes de 12 combattants de la région Île de France et une équipe du Nord Pas de Calais, que la compétition commença. Cette animation a rassemblé petits et grands dans une compétition amicale mais relevée. Des trophées furent décernés aux différentes équipes victorieuses notamment un pour le meilleur ippon de la compétition. C'est l'équipe de Drancy qui s'est hissée sur la première place du podium. L'AVG de Ville-neuve la garenne finie 2e (photo ci-contre).



STAGE MULTISPORTS DES VACANCES DE NOEL

Durant la période des vacances de Noël du 19 au 23 décembre, un stage fut organisé par Frédéric. Au programme, pour les 35 enfants présents, différentes activités variées dont le judo et beaucoup de sport collectif. Ce stage se déroulait uniquement la matinée mais malgré cela tout le monde a pu s'amuser autour de tous ces jeux.

NOEL DES ENFANTS

Comme chaque année le Noël des enfants réunit toujours autant de personnes. Noël 2005 était animé autour d'un triviale poursuivi avec de nombreuses activités sportives. Elles étaient accessibles à toutes et à tous quelque soit l'âge notamment le tir à la corde, le lancé d'assiette à la crème ou le traditionnel relais.



Ces jeux étaient également complétés de questions concernant le judo et la vie du club. De plus, il y eut un stand où les enfants ont pu être maquillés.



C'est en fin d'après midi que tout le monde a pu se régaler avec les différents gâteaux que les mères ont confectionnés. Le concours de gâteau fut remporté cette année par Mme OUARI. Chaque judoka est reparti avec un sachet de gourmandises. Nous vous donnons rendez-vous l'année prochaine pour de nouvelles dégustations et une nouvelle animation.



DOS SANTOS Nathan

COURSE DE SAINT DENIS

Au programme de cette course à travers Saint Denis et le Stade de France : le 5km et le 10 km. Certaines personnes du club étaient présentes pour cet événement qui est reconnu mondialement (certains grands champions étaient là).

Pour représenter l'AVG Arts Martiaux, étaient présents : Matthieu Bergoner et son père Claude, Frederic Lin et sa femme Virginie, Cyrille, ainsi que quelques jeunes : Keevin et Alvin Brondeau et Kevin Rochereau, sans oublier Monsieur COMES, conseiller municipal au sport de VILLENEUVE LA GARENNE.

La 1ère course à partir fut le 5km où étaient inscrits Kevin, Alvin et Keevin qui réaliseront de bons temps pour une première participation.

Il y eût ensuite le départ du 10 km, sur un magnifique parcours dont une entrée dans le stade de France.

Le principal bien sûr était déjà de finir la course qui était très éprouvante, bravo aux participants pour leur courage ...



**ROCHEREAU Kévin et
BRONDEAU Valérie**

CEINTURES DE COULEURS ET DAN

Au judo, la ceinture est une preuve de la technique globale de celui qui la porte. Suivant la couleur de celle-ci, le judoka est plus ou moins expérimenté.

La ceinture de judo de couleur a été introduite par le maître Kawaishi. Seul un professeur diplômé d'État est habilité à décerner ces différents grades (Frederic et Cyrille au club). La ceinture de judo de couleur est propre aux pays occidentaux. Pour les enfants il existe des grades intermédiaires (sur la photo ci-contre).

Après la ceinture de judo de couleur viennent les « DAN », les niveaux supérieurs qui ne peuvent être décernés que par la Ligue. La ceinture noire correspond au premier « DAN » et ne change pas de couleur jusqu'au sixième « dan » ceinture de judo blanche et rouge. Le 9ème « DAN » est représenté par une ceinture de judo rouge, le dixième par une ceinture de judo blanche large. Au Japon, les femmes portent une ceinture de judo noire avec un liseré blanc.

OBTENTION DU 1er DAN :

Pour porter le 1er DAN ou plus généralement « ceinture noire », le judoka doit réaliser plusieurs épreuves :

-Pré requis de connaissance de l'environnement sportif :



Pré requis théorique : Le judoka doit réussir un examen écrit sur le judo et doit également savoir remplir un tableau de combattants comme ci-contre. Il devra sur ce test avoir une note supérieure ou égale à 14/20. Dans le cas contraire, il peut recommencer l'épreuve autant de fois qu'il le veut. Ces épreuves sont proposées 4 fois dans l'année.

Pré requis pratique : Cela consiste à « tenir une table », c'est-à-dire que lors d'une compétition vous serez assis à la table près des tapis pour remplir les tableaux, annoncer les combattants, marquer les scores. Vous devrez en général effectuer 2 demi journées au bout desquelles vous aurez fini vos pré requis.

-Examen du kata :

Le judoka doit être **ceinture marron** depuis plus d'un an. Il peut alors se présenter à l'examen du **kata**. Il consiste à montrer plusieurs « séries » (3 pour le 1er DAN). Chaque série comprenant des prises enchaînées, avec un nombre de pas très précis entre chaque prise, cela devant un examinateur (Frederic en fait partie). Vous avez le droit de commettre **3 fautes**. Tout comme le pré requis pratique, vous pouvez en cas d'échec le retenter, car il y a aussi 4 sessions dans l'année.

Un test d'efficacité :

Cela consiste à gagner **5 combats consécutifs et à marquer 44 points** au moins lors d'un test (« chiai »), ou **100 points** en cumul sur plusieurs tests. Sachant que :

Ippon = 10 points

Wasa-ari = 7 points

Lors d'un « chiai » seuls les ippon et Wasa-ari comptent.

Les yuko et koka, ne sont comptabilisés que lors des manifestations officielles (Hauts de Seine, Île de France, ou les compétitions ayant une relation grade-championnat).

Après tout cela, le judoka est promu 1er DAN et peut enfin porter sa ceinture noire.

Cette année, Keevin BRONDEAU, Mejhdi NCIRI et William FALCIONI se sont vu remettre leur ceinture noire. Nous encourageons particulièrement Jacques VILAR et Kevin ROCHEREAU qui finissent d'acquérir leurs points...



FALCIONI William

STAND DANS LE PARC DE LA MAIRIE

Voilà trois ans que le bureau des Supporters et l'AVG Arts Martiaux tiennent un stand-buvette dans le parc de la mairie durant la période de Noël. En effet cette année encore, nous avons pu observer les membres des deux bureaux vendant des confiseries, cafés, et chocolats chauds autour de la patinoire dans un « chalet ». Cette opération était pilotée par l'AVG centrale. D'autres sections de l'AVG ont participé à la tenu du stand information, remise des lots de la tombola, etc... Les fonds ainsi gagnés seront répartis entre les différentes sections ayant participé. Nous remercions toutes les personnes qui ont œuvré pour tenir ce stand durant cette période de fêtes malgré le froid de ce début d'hiver rigoureux.

RESULTATS SPORTIFS



Championnat individuel Hauts de Seine Cadet(e) du 22/01/06

Keevin BRONDEAU (-55kg) termine 1er
Kalid ELMALIKI (-73kg) termine 2ème
Jennifer DUPUIS (- ? kg), **William FALCIONI** (-73kg) et **Antony VILZI** (-81kg) terminent 3ème
Tous qualifiés pour les Inter Région ainsi que **Gwendoline MOTTAIS** (-?kg)



Tournoi de Troyes

Leïla N'CIRI(-52kg) Termine 1ère
Mathieu BERGOGNER(-66kg) termine 3ème

Championnat entreprise seniors du 06/11

Aguire GRAFFET (-?kg) termine 1er
Audrey GIBORY (-?kg) termine 2ème
Jérôme COPIN (-?kg), **Cyrille BOUGLIER** (-?kg) et **Sylvain BARBOSA** (-?kg) terminent 3ème

Sélection individuelle minime du 09/10

Céline CABET (-?kg) termine 2ème
Florian LEROY(-?kg) termine 1er
Tiago DE JESUS (-?kg) termine 2ème
Erwan MOTTAIS (-?kg) et **Thomas PENELOPE** (-?kg) terminent 3ème

Christophe VILZI, combattant pour les championnat entreprises...



INFOS TAPIS

L'installation et le rangement des tapis est une activité incontournable des compétitions de judo. Elles peuvent s'avérer longues et laborieuses lorsque le nombre de tapis à installer atteint 50, 100 voir 300 et que les courageux se retrouvent à 2, 5 ou 10.

Nous vous engageons donc tous à nous rejoindre en début ou fin de compétition et à apporter votre aide. Plus on est de fous, plus on rit ...

Nous vous remercions d'avance.



N'oubliez pas : postez vos articles sur dojo_info@hotmail.fr