

# LA NEWSLETTER DU JUDO CLUB SAINT SEBASTIEN

## – Le mot du rédacteur –

Bonjour à tous,

Encore de nombreuses compétitions le mois passé et encore des résultats à venir ce mois-ci...  
**Ne ratez pas le stage de Pâques organisé pour les poussinets à minimes.**



Avril 2019

## – Agenda Avril –

**8-9-10 Avril : Stage de Pâques Benjamins/Minimes**

**11 Avril : Stage de Pâques Poussinets/Poussins**

### **Séniors**

06/04 : Championnat départemental individuel 1ère Div  
28/04 : Coupe régionale Kyu

### **Juniors**

28/04 : Coupe régionale Kyu

### **Cadet(te)s**

06/04 : GPJ 85  
13-14/04 : Championnat de France individuel 1D  
23/03 : championnat départemental 2D et espoirs

### **Minimes**

06/04 : Coupe départementale par équipe  
28/04 : Coupe régionale par équipe

### **Benjamin(e)s**

07/04 : Tournois satellite 85  
27/04 : Coupe régionale

Stage Kata : 27/04

## – Résultats Mars –

### **Tournois des petits AS**

Equipe 1 : 3<sup>ème</sup>

Equipe 2 : 7<sup>ème</sup>

### **Coupe départementale Kyu et Dan**

Equipe Kyu : 3<sup>ème</sup>

Equipe féminine : 3<sup>ème</sup>

Equipe DAN 1 : 5<sup>ème</sup>

Equipe DAN 2 : 7<sup>ème</sup>

### **Demi-finale championnat de France cadet/te**

Jules ROULEAU : 2<sup>ème</sup>

Edgar HOHVANNISYAN : 7<sup>ème</sup>

### **Coupe départementale Benjamin/es**

Lily LESAUVAGE : 1<sup>er</sup>

Martin VIOLLIER : 1<sup>er</sup>

Zoé CORBIER : 2<sup>ème</sup>

### **Open de Vendée (Minimes)**

TOUNSI Meriem : 3<sup>ème</sup>

DRUBIGNY Clotilde : 3<sup>ème</sup>

RONDEAU Baptiste : 3<sup>ème</sup>

DESBLANCS Louis : 3<sup>ème</sup>

SAGOV ibrahim : 3<sup>ème</sup>

BOUTOUHA Karim : 5<sup>ème</sup>

### **Championnat départemental 2ème Div' et espoir cadet/te**

Jules ROULEAU : 1<sup>er</sup>

Tom REGENET : 2<sup>ème</sup>

Jules REGENET : 2<sup>ème</sup>

Sullivan JOUAN : 2<sup>ème</sup>

Edgar HOHVANNISYAN : 3<sup>ème</sup>

DURAND Jonathan : 3<sup>ème</sup>

Baptiste JULIENNE : 3<sup>ème</sup>

Scheidecker Florian : 5<sup>ème</sup>

Louis HAFFREINGUE : 5<sup>ème</sup>

Théotime PATISSOU : 5<sup>ème</sup>

### **Coupe départementale par équipe Benjamin/es**

Equipe 1 : 7<sup>ème</sup>

Equipe 2 : 7<sup>ème</sup>

### **Coupe départementale Kyu**

TRAORE Lacina : 1<sup>er</sup>

TELLIER Chloé : 1<sup>ère</sup>

JACQUES Pedro : 2<sup>ème</sup>

GAUTIER Paul : 2<sup>ème</sup>

GONTAN Arnaud : 3<sup>ème</sup>

## – Tournois des petits AS (02/03) –

C'est une compétition pour les Poussins par équipe importante pour le club. Nous avons 2 équipes : l'une finit 3<sup>ème</sup> et l'autre 7<sup>ème</sup>. L'équipe 1 était composée de Moukebel Hafid, Morin Evan, Tulli Noa, Letheule Louis, Viollier Théo, Rouleau Rose et l'équipe 2 de Gavoille Adrien, Ranson Lukas, Lesauvage Coline, Grasland Ambre, Heurtin Kévin, Lamsaddar Margot.

Très beau parcours de l'équipe 2 avec deux premières victoires (alors qu'il n'y avait pas de -42). Ils perdent seulement aux points contre les futurs deuxièmes (Saint Nazaire) en quart de finale, et ensuite contre les futurs 3<sup>ème</sup>. Dommage car ils ont tous bien combattu et montré de belles choses.

L'équipe 1, elle finit 3<sup>ème</sup>. Ils gagnent leurs trois premiers combats 5-0 pour aller en demi-finale, contre les Sorinières. Comme l'an dernier, nous perdons 4-1 mais avec des combats serrés comme celui de Noa et Théo. Ils ont ensuite réussi à se ressaisir pour aller chercher la place de trois contre le dojo nantais 3-2 avec un très bel ippon de Théo sur uchi mata pour finir le travail.

## – Coupe départementale Kyu et Dan (02/03) –

Nous avons 4 équipes Sénior Dan et Kyu, et deux d'entre elles finissent sur la 3<sup>ème</sup> marche.

L'équipe Kyu avait fière allure avec : Bangoura Djibril, Jacques Pedro, Gontan Arnaud et Traoré Lacina. Malheureusement, nous perdons au premier tour sur une erreur d'arbitrage, puisqu'il donne une décision sur le dernier combat alors que normalement il y avait égalité (pas de décision aux équipes). Surtout que Djibril perd son combat alors qu'il avait immobilisé 17 secondes son adversaire. Cela se joue de peu. Dommage. Heureusement l'équipe gagne ensuite tous ses combats 3-0 pour finir à une très belle place de 3<sup>ème</sup>. Nous noterons le très bon travail au sol de nos KyuKyu...

L'équipe féminine finit à la 3<sup>ème</sup> marche du podium. Ce fût compliqué puisque la plupart des équipes étaient incomplètes, dont la notre. Cela se jouait donc sur un combat (équipes de 3 combattantes). Rozenn, Laura et Marie ont fait le max, d'autant que c'était une reprise pour Marie et Laura. Sur le dernier combat, Marie fait gagner l'équipe sur un uchi mata sukashi.

L'équipe 1 Dan finit à la cinquième place. Difficile de faire mieux en perdant deux combattants et en ayant un trou en plus.

L'équipe 2 Dan, c'est bien battu puisqu'il accroche le JAC (qui finit troisième) et finit donc 7<sup>ème</sup>. Nous avons pu voir Vincent surmotivé avec de magnifique ippon.

## – 2ème Demi-finale championnat de France cadet/te (09/03) –

Cette compétition permet de se qualifier au championnat de France (pour rappel lors de la première demi nous avons déjà 2 qualifiés). Malheureusement Côme qui avait pourtant une belle carte à jouer se blesse le weekend d'avant (quel dommage) et baptiste était malade. Il nous restait plus que Jules ROULEAU et Edgar HOHVANNISYAN chez les garçons. Ils se sont bien comportés avec respectivement une 3<sup>ème</sup> et 7<sup>ème</sup> place.

Jules fait un très beau parcours en perdant seulement contre le futur vainqueur en quart de finale. Il gagne contre des judokas en structure et en place de trois, il prend sa revanche contre celui qui l'a battu sur l'autre demi. Jules est un judoka sérieux, appliqué et il est récompensé de ses efforts.

Edgar fait aussi une belle compétition mais malheureusement il perd en final de repêchage sur juji gatame (clé de bras). Il n'a pas voulu taper et se fait mal. On espère plus de peur que de mal...

Chloé CORNE et Lucie LESAUVAGE combattaient l'après-midi. Chloé manque de confiance en elle pour passer un cap. Elle finit 7<sup>ème</sup> en gagnant 2 combats (pour une cadet/te 1 c'est pas mal). Lucie n'a fait qu'illusion, elle perd son premier combat sur une immobilisation et décide d'abandonner la compétition... Dommage pour une championne de France 2D...

## – Coupe départementale Benjamin/es (10/03) –

Nous avons 10 benjamin/es qualifiés. Ils se sont bien comportés mais il manque un petit quelque chose pour faire mieux. Paul MONEDIERE fait un magnifique papier cadeau, Titouan LACOTE mène d'un waza ari contre le futur vainqueur et son dernier combat, mais respectivement il se fait piquer au sol et sur une reprise de garde, MAILLARD Axel gagne 2 combats à la décision et manque de finition pour faire mieux. Ils ne se sont pas classés mais gagnent tous deux combats. GIMELLI Valentin mène ses deux combats d'un waza ari mais se fait piquer au sol les deux fois, Antonin GONTAN fait une belle compétition pour un benjamin 1 mais joue trop la défense, Henri SOUPAULT fait de belles choses mais peut faire mieux, c'est encourageant s'il fait l'effort à chaque séquence. Ils finissent 7<sup>ème</sup> (à une place des régions).

Nous avons quand même 3 podiums avec Zoé CORBIER qui finit 2<sup>ème</sup> avec de beaux mouvements lors de la compétition. Lily LESAUVAGE s'est baladé sur la compétition. Même le waza ari qu'elle prend sur une action litigieuse en finale ne l'a pas perturbé puisque la séquence d'après elle met ippon. Martin VIOLLIER finit aussi premier, en 20 secondes de combat..

## – Open de Vendée (17/03) –

Nos minimes ont fait le déplacement jusqu'à la Roche sur Yon pour l'open de Vendée. Pour trois d'entre eux (Clotilde, Ibrahim et Baptiste), c'était la dernière répétition avant les France. Nous avons 12 minimes, et 7 se sont classés.

BOURGOUIN Pauline, HUET Charly, ROULEAU Siméon et M'ZILICI Lenny ne sont pas sorti de poule. PECQUEUR Clément sort de poule en gagnant son 2<sup>ème</sup> combat, mais perd en 8<sup>ème</sup> de finale. MATELAMA Aunel gagne un combat en poule puis en 8<sup>ème</sup>, mais perd en quart alors que l'adversaire était largement à sa portée. BOUTOUHA Karim finit à la 5<sup>ème</sup> place en faisant une très belle compétition. Malheureusement en quart de final l'arbitre ne laissait pas travailler au sol, alors que Karim aurait pu faire le papier cadeau plusieurs fois. DRUBIGNY Clotilde, RONDEAU Baptiste, DESBLANCS Louis et SAGOV Ibrahim finissent à la 3<sup>ème</sup> place. Il y a eu de très belle chose, comme pour Baptiste qui ne perd qu'à la décision. Ibrahim monte de catégorie et était blessé au pouce et à la cuisse, Clotilde perd à dix secondes de la fin pour la deuxième place, et Louis s'est battu jusqu'au bout en demi pour renverser la vapeur (sans y arriver). TOUNSI Meriem travaille bien à l'entraînement et ça paye en compétition : elle finit 2<sup>ème</sup> sur ce tournoi.

## – Championnat départemental 2<sup>ème</sup> Div' et espoir cadet/te (23/03) –

Ce fût une grosse journée, avec 13 Cadet/tes du club pour se sélectionner au championnat régional 2<sup>ème</sup> Div' et espoir. Il fallait entrer dans les 5 premiers pour se qualifier : 12 d'entre eux ont réussi. Bon tir groupé de nos cadet/te. Il y a eu une très belle attitude de tous nos judokas même Nicolas CORBION (-66), le seul non sélectionné, gagne 2 combats et perd contre le futur 3<sup>ème</sup> après un bon combat. Il ne sera pas repêché... Petite forme pour Scheidecker Florian et DURAND Jonathan (-50) qui se sont classés respectivement 5<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup>. Mais il faut souligner leur combativité afin de s'accrocher au podium ou pas loin.

Les autres ont fait une belle compétition Jules REGENET et Edgar HOVHANNISYAN se sont retrouvés en demi-finale et Jules a pris sa revanche des 1<sup>ère</sup> div' pour aller en finale. Edgar lui a gagné sa place de trois tandis que Jules perd sa finale. Il faut souligner la mentalité club de Jules puisqu'il ne pourra pas participer au France car il part 2 mois en Nouvelle-Zélande mais tentait à y participer pour représenter le club !

En -60, il y a eu 3 judokas en demi-finale malheureusement Louis HAFFREINGUE s'est blessé au premier tour et ne pouvait pas continuer la compétition. Il finira donc 5<sup>ème</sup> et laisse la finale à Jules ROULEAU. Pendant ce temps, REGENET Tom montra toute sa finesse au sol avec deux hadaka jime debout et une sortie de jambe. Il retrouva donc Jules en finale pour un combat sans risque car ils se connaissent par cœur. Jules réussit à marquer un waza ari quand même pour la gagner.

En -66, nous avons eu aussi un combat 100% St Sébastien mais en place de trois avec 2 parcours différents. Puisque Baptiste JULIENNE réussit à aller en demi-finale mais perd contre le futur vainqueur (Baptiste vient juste de monter de catégorie) après un combat acharné en quart de final, tandis que Théotime PATISSOU remonta les repêchages de fort belle manière. Même chose que pour les -60, le combat fût serré et pas trop de risque malgré un waza ari de chaque côté et Baptiste gagne à la décision ultra serré.

Sullivan JOUAN réussit la belle performance de finir 2<sup>ème</sup> dans la catégorie très relevé -73. Après un avertissement au 1<sup>er</sup> tour et à la première séquence (il prend waza ari limite ippon), il ne sera plus jamais en difficulté jusqu'en finale avec deux ippons et une décision en demi-finale maîtrisée. En finale, il ne trouva pas la solution et sur une erreur de kumi kata, il prend ippon sur sode.

## – Coupe départementale par équipe Benjamin/es (24/03) –

Nous avons 3 équipes, mais toutes incomplètes... Pour faire un podium il fallait donc un sans-faute. Malheureusement ce ne fût pas le cas puisque deux de nos équipes finissent 7<sup>ème</sup> et l'autre étant non classé.

L'équipe 3 composé de TOUNSI Mohamed, DIALLO Victor, Kerhady Noah et Martel Sacha. Au premier tour, elle rencontre Bouaye composé de 5 judokas. Donc pas le droit à l'erreur, ce qui fût le cas. Ippon rapide de Noah sur une immobilisation, suivi de Sacha et Mohamed. Contre Saint Nazaire, ils perdent 3-1 malgré une victoire de Sacha.

L'équipe 2 composé de CAIGNON Artur, SEKHAI Marwann, CHARTOIRE Côme MAILLARD Axel, GONTAN Antonin. L'équipe n'a pas démérité en faisant de bons combats. Malheureusement ils perdent contre plus fort qu'eux. Mais on les a vus se battre, comme Côme qui s'est transcendé pour l'équipe. Il y a eu aussi un magnifique sasae d'Axel.

L'équipe 1 composé de LACOTE Titouan, CHIHEB Riad, GIMELLI Valentin et SOUPAULT Henri n'a pas fait dans le détail sur les 2 premiers tours mais en quart de finale il fallait un sans-faute et c'est venu de l'arbitrage puisqu'après 3 combats où on menait mais qui ont finis en match nul (pas de décision en équipe). Tout s'est joué sur le combat Henri. Henri était dominant mais n'a jamais réussi à marquer une valeur et à 15sec de la fin il prend un waza ari. Alors pour comprendre notre frustration, voici le détail de l'action : cela démarre sur une action d'Henri qui lance uchi mata et les deux tombent par terre puis se relèvent (l'arbitre aurait dû dire matte mais ne l'a pas fait), Henri relance uchi mata et l'adversaire se jete dans son dos (action interdite donc de nouveau matte), Henri tombe plat ventre (donc pas de valeur) et l'arbitre donne waza ari. Sur une action, 3 fautes d'arbitrages, c'est un peu dur à encaisser et les jeunes terriblement déçu puisqu'on perd sur cette action (le coach adversaire confirme ce qu'on a vu mais les arbitres ne reviendront pas sur leur décision). En repêchage, nous affrontons Saint Nazaire et perdons sur un magnifique balayage sur Riad, alors qu'il dominait son combat.

## – Coupe départementale Kyu (24/03) –

5 Kyu ont participé à la coupe départementale. Il y a eu 5 podiums.

TELLIER Chloé malheureusement était toute seule et a donc finit première. GAUTIER Paul finit deuxième en perdant son seul combat mais a fait une forte impression. Solide sur les mains, attitude droite et a tenté quelques mouvements, mais il se fait contrer sur l'un d'eux. L'adversaire n'attendait que cela puisse qu'il était cassé tout le combat. Arnaud GONTAN finit 3<sup>ème</sup> en gagnant deux combats malheureusement sur le premier il se fait avoir bêtement. Il se met tout seul sur le dos... Mais il se rattrapa sur le combat suivant avec un magnifique o tsuri goshi. Jacques Pedro va jusqu'en finale dans la douleur (il était en petit forme). Il gagna ses deux premiers combats par ippon mais eu un gros avertissement sur le premier puisqu'il prend un ippon annulé. En finale, il veut faire ura nage mais ne tourne pas le dos du coup ippon pour l'autre.

Grosse journée pour Lacina TRAORE, il a compris qu'il fallait se poser sur les mains et dans ses attaques. Ca a payé. 5 combats - 5 ippon. Super content pour lui et de sa progression.

## – La Technique du Mois –

### **Waki Gatame**

Technique **KANSETSU Waza** (technique de clé de bras)

Tori est à 4 pattes. Uke sur son côté le saisit sous son aisselle.  
Tori contrôle le poignet et le bras de Uke contre lui.  
Tori tourne vers Uke en conservant le contrôle du bras.  
Tori dégage sa tête en continuant de tourner.  
Tori allonge Uke à plat ventre en s'asseyant sur le côté.  
Tori contrôle Uke à plat ventre et effectue la clé en maintenant le bras avec son aisselle..



## – Les termes Japonais en Judo –

**Waki** : aisselle

**Gatame** : Immobilisation