



Newsletter n°2

Saison 2019 - 2020

Edito

Bonjour à toutes et tous,

La rentrée bien entamée, les compétitions ont commencées à donner de bons résultats.

Les stages de rentrée pour les arbitres et commissaires ont dû être réalisés par les compétiteurs (il reste une date début décembre pour ceux qui ne l'auraient pas encore fait).

Venez nombreux nous aider au bon déroulement de la compétition du club les 23 et 24 nov., nous avons besoins d'un maximum de monde (arbitres, commissaires, bar, préparation des crêpes, vente de gâteaux, préparation de la salle, ...) pour accueillir les quelques 600 jeunes judokas ! Merci également par avance pour tous ceux et celles qui pourrons également nous confectionner des gâteaux.

Venez de toute façon nombreux encourager nos participants !

Agenda Novembre

Compétition amicale du club : 23 et 24 novembre

Arbitrage / Passage de grade

03/11 : Stage école d'arbitrage n°2

10/11 : Passage de grade (Shiai) – Angers

16/11 : stage et examen UV1 et UV2 -1^{er} et 2^{ème} DAN

Sénior

24/11 : Championnat régional par équipe – 2D

30/11 : Tournois de Bourges

Junior

16/11 : Championnat régional par équipe de région

Cadet

23/11 : Championnat régional par équipe

30/11 : Tournois de Bourges

Minimes

02/11 : Tournois Poitiers

10/11 : Grand prix des jeunes de St Macaire (49)

Benjamins

11/11 : Tournois satellite St Macaire (49)

Résultats d'octobre (podiums)

CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL PAR EQUIPE CADETS

Equipe 1 (SCHEIDEICKER Florian et CHAMU Nolan, ROULEAU Jules et TASSEL Mathieu, JULIENNE Baptiste et LESAUVAGE Simon, JOUAN Sullivan, VELLA Antoine) : 2^{ème}

TOURNOI SATELLITE BENJAMIN DE CRAON (53)

VIOLLIER-YEPEZ Théo : 3^{ème}

TOURNOI SATELLITE MINIMES DE CRAON (53)

Pauline : 1^{ère}

SAGOV Ibrahim : 1^{er}

BOUTOUHA Karim : 1^{ème}

RONDEAU Baptiste : 2^{ème}

DURAND Valentin : 2^{ème}

M'ZILICI Lenny : 2^{ème}

VIOLLIER-YEPEZ Martin : 3^{ème}

STAGE DE LA TOUSSAINT (12/10)

Pendant les vacances de la Toussaint il y a eu 2 stages de judo :

- Trois jours de stage pour les benjamin/minimes/ cadets avec le JC Basse Goulaine.
Au programme: judo, circuit training, tournoi de basket, jeux d'opposition dans la boue et on a fini au Laser game...
- Un jour de stage judo pour les poussinnet(es)/poussins

CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL PAR EQUIPE CADETS (13/10)

Sur les 4 équipes possibles, 3 ont été alignées. Malheureusement rien ne s'est passé comme prévu : certains participants, pas très sérieux ont pénalisé les autres, et nous avons dû ne faire qu'une seule équipe, composée de :

- 55: SCHEIDEICKER Florian et CHAMU Nolan, - 60: TASSEL Mathieu et ROULEAU Jules, - 66: JULIENNE Baptiste et LESAUVAGE Simon
- 73: JOUAN Sullivan, +73: VELLA Antoine

Nous sommes dans la première poule avec JAC 1, JC Sainte Pazanne, et ASBR.

Au premier combat, nous prenons le JAC : Nolann a montré la voie aux autres en mettant ippon en 15sec. Jules gagne aussi son combat à 2sec de la fin. Le combat suivant est compliqué puisque Simon prend un combattant qu'il connaît bien. Grosse bagarre de kumi kata pendant 1'30 et sur une accélération de Simon met waza ari. Puis il gère sur les mains pendant une minute et sur une action simultanée des 2 combattants marque ippon. L'action a créé une petite polémique, mais Sullivan l'a tout de suite éteinte en mettant un magnifique Ippon en 10sec. Pour conclure, Antoine met ippon. 5 - 0

Au deuxième tour, nous affrontons l'ASBR. Mathieu (remplaçant) combattra en -60. Il marque rapidement waza ari mais a du mal à gérer ses avances. Il continue à attaquer et se fait contrer deux fois. Simon, Sullivan et Antoine ne font pas dans le détail... ippon rapidement. Il n'y avait pas de -55 dans l'équipe adverse donc Nolann remporte le point. 4-1

Au troisième tour, c'est au tour de l'équipe remplaçant. Florian remporte le point en mettant 2 waza ari Mathieu avait une deuxième chance de se refaire malheureusement il n'a pas su gérer la garde haute de son adversaire et prend 2 waza ari. Grosse déception pour Baptiste qui ne combattra pas puis qu'il n'y avait pas de -66 dans l'équipe adverse. Sullivan gagne son combat facilement et Antoine n'avait personne. Résultat 4 - 1 et on finit premier de notre groupe.

Nous tombons contre le Dojo Nantais en demi-finale. Nous savons que c'est jouable mais que chaque combat va être important. C'est Jules qui commence et réussit tant bien que mal à poser ses mains sur les premières séquences, mais sur une très bonne liaison debout sol prend une clé – ippon. Simon était remonté et mit le feu dès le début et sur deux actions fortes waza ari puis ippon. 1 – 1. Sullivan après un bon début de combat et de grosses mises en danger se fait contrer Ippon. 2 - 1. Tout se joue sur Antoine. Il commence mal puisqu'il se fait contrer et prend waza ari. Malgré quelques actions dangereuses il n'arrive pas à marquer jusqu'au coup libérateur, en arrivant à s'imposer sur les mains, il se décale pour lancer son uchi mata... Ippon. Nous avons gagné puisqu'en face ils n'ont pas de - 55. Résultat, nous sommes en final en gagnant 3 - 2.

En final, nous prenons AJE 44. Encore un résultat très serré. Simon démarre et continue sur sa lancée puisqu'il finit comme il a commencé la compétition... Ippon sur uchi mata. Il a pris les meilleurs du département (et même de la région) et les a tous battu par ippon. Super compétition pour lui. Sullivan prend du costaud et se fait contrer en début de combat. Il réussit après de multiples tentatives à égaliser à 30sec de la fin. Malheureusement, sur la dernière action, il se fait contrer (waza ari). Nous perdons le combat (dommage car si on fait match nul on gagne la finale mais ça on le sera qu'après). 1 - 1. Antoine n'est pas dans sa finale puisqu'il lance mollement son uchi mata et se fait contrer (waza ari) mais réussit sur l'action à immobiliser au sol. 2 - 1 pour nous. Nolann, après trois ou quatre séquences, tente de contrer son adversaire sur une action un peu timide mais sans esquiver, l'autre en profite pour reprendre l'initiative. Ippon. 2 - 2 Combat décisif pour Jules. Malheureusement, aucun des deux n'arrivent à se départager. Résultat 2 - 2. Du coup, le combat de Jules doit se refaire et malgré une légère domination dans les attaques, il ne réussit pas à marquer et prend waza ari qu'il ne réussira pas à remonter. Dommage.

Nous aurons notre revanche aux régions.

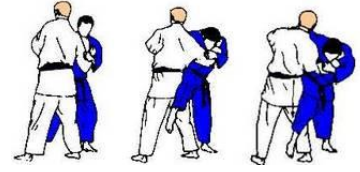
TOURNOI SATELLITE BENJAMIN DE CRAON (53) (12/10)

- 34 : SEKHAI Marwann et TOUNSI Mohamed sort tous les deux sorties de poule mais perd ensuite en 1/8ème de final.
- 38: VIOLLIER YEPEZ Théo finit à la 3^{ème} place du podium en gagnant tous les combats de sa poule par ippon puis en 1/8^{ème} par waza ari et ippon en 1/4.
- 32 : LECUREUIL Maiwenn perd malheureusement ses combats.
- 40 : ROULEAU Rose finit 5ème en finissant 2ème ex aequo.

LA TECHNIQUE DU MOIS : O'SOTO GARI

Traduction : grand fauchage extérieur

Famille : Nage-waza (techniques de projection) / Ashi-waza (techniques de jambe)



Tori se décale sur son pied gauche en le plaçant à gauche du pied droit de Uke. Prenant appui sur sa jambe gauche, il tire le coude droit de Uke vers lui et vers le sol tandis que son avant-bras droit pousse au niveau de la poitrine. Uke est ainsi déséquilibré sur son arrière droit, le poids du corps sur son talon droit. Tori lance alors sa jambe droite tendue à l'extérieur de la jambe d'appui de Uke et la ramène vivement pour faucher cette jambe. En même temps, Tori pousse Uke avec son buste et se penche en avant.