

Newsletter n° 3

Saison 2019 - 2020



Edito

Bonjour à toutes et tous, et excellente année 2020, pleines de bons résultats sportifs !

Fin décembre s'est déroulé le traditionnel arbre de Noël. Les judokas de tout âge ont pu faire une démonstration de ce qu'ils savent faire. Les plus jeunes ont « combattu » avec les plus gradés pour leur plus grand plaisir.

A noter l'excellent résultat du club au classement régional des clubs ! En effet Le club finit pour la première fois de son histoire sur le podium en étant classé 3^{ème} ! Félicitations à tous pour vos résultats sportifs 2019.

La rentrée est faite, il faut maintenant vite perdre les kilos pris pendant les fêtes car de nombreuses compétitions commencent dès le mois de janvier.

Agenda Janvier

Arbitrage / passage de grade

- 11/01 : stage école arbitrage n°3
- 12/01 : Coupe jeune commissaire sportif et jeune arbitre
- 25/01 : Examen théorique et pratique arbitre départemental

Sénior

- 18/01 : Coupe départementale par équipe

Junior

- 11/01 : Championnat régional
- 18/01 : Coupe kata départementale

Cadet

- 18/01 : Coupe kata départementale
- 25/01 : Championnat départemental 1^{ère} DIV

Minimes

- 12/01 : Coupe départementale
- 18/01 : Coupe kata départementale

Benjamins

- 18/01 : Tournois satellite de Vendée (Challans)
- 26/01 : Coupe départementale par équipe

Poussins

- 26/01 : Tournois des petits AS (par équipe)

Résultats de décembre (podiums)

Championnat départemental Junior

- Martin AROUS : 1^{er}
- Simon LESAUVAGE : 2^{ème}
- Rozenn LEBLAY : 2^{ème}
- Florian SCHEIDECKER : 2^{ème}
- Côme GERARD : 3^{ème}

GPJ Nantes

- Lenny M'ZILICI : 2^{ème}
- VIOLLIER-YEPEZ Martin : 2^{ème}
- TOUNSI Meriem : 3^{ème}

HOVHANNISYAN Edgar : 1^{er}

- Ibrahim SAGOV : 1^{er}
- Florian SCHEIDECKER : 2^{ème}
- BOURGOUIN Pauline : 2^{ème}
- DURAND Jonathan : 3^{ème}

Tournois satellite de Chateaubriand

- LACOTE Titouan : 1^{ème}
- MOUKABEL Hafid : 3^{ème}

Tournois national cadet/te de Nantes

- Chloé CORNE : 3^{ème}

CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL JUNIOR (30/11)

Il y a eu la participation de 11 jeunes du club. Une bonne compétition pour la plupart. Cependant il ne faut pas oublier que des cadets ont participé et ce sont très bien débrouillé face à des juniors (pouvant avoir 4 ans de plus). Il manque malgré tout de la précision (apprendre à être moins brouillon et savoir ce que je dois faire). La clef : l'entraînement, il faut se fixer des petits objectifs et essayer de les appliquer sur les entraînements (ex : travaille sur le Kumi kata, qu'est-ce que je peux réaliser contre un gaucher ou droitier). Si vous n'avez pas d'objectif la progression ne sera pas possible.

Martin AROUS (-60) : 1er

Rozenn LEBLAY (-52) : 2ème

Florian SCHEIDECKER (-55) : 2ème

Simon LESAUVAGE (-66) : 2ème (ne réalise pas la finale)

Côme GERARD (-81) : 3ème

Baptiste JULIENNE (-66) : 5ème

Nathan LAIDET (-73) : 5ème

Mathieu TASSEL (-60) : non classé

Edgar HOVHANNISYAN (-66) : non classé

Nicolas CORBION (-66) : non classé

Wisam SOUDINI (-66) : non classé

GPJ DE NANTES (07/12)

Nous avons 18 participants au Grand Prix des Jeunes de Nantes : 11 se sont classés.

Kerhardy Noah (-42) et CAIGNON Arthur (-38) se sont bien battu mais n'ont pas réussi à sortir de poule.

DURAND Valentin (-50) monte de catégorie et c'est très bien battu malheureusement il se fait éliminer sur une erreur d'arbitrage en huitième de finale.

GAVOILLE Nicolas (-34), Matelama Aunel (-55), PECQUEUR Clément (-60) ont fini 5ème et ont eu un beau parcours même si Aunel pouvait faire mieux.

TOUNSI Meriem (-44) finit sur la troisième marche du podium avait une belle progression et je pense qu'elle a compris des choses notamment sur les mains.

VIOLLIER YEPEZ Martin (+73) a mis un combat pour se réveiller avant de battre pour la deuxième fois sa bête noire.

M'ZILICI Lenny a fait une très belle compétition en allant jusqu'en final malheureusement il l'a perd par ippon mais il ne faut pas oublier ce qu'il a fait avant.

Baptiste RONDEAU (-46) a fait une petite erreur son dernier combat qu'il paie très cher car il ne sortira pas de poule alors qu'il était le plus fort. C'est quand même de l'expérience de prise.

Tous les autres sont sortis de poule et se sont classé.

Mathieu TASSEL (-60) peut avoir des regrets car il bat le futur vainqueur en poule pour ensuite perdre en quart de final. C'est vraiment doimmage. Il finit donc 5ème.

DESBLANCS Louis (-55) finit à la 5ème place aussi. Il a mis deux beaux ippon dont un sur tani otoshi. Mais perd en quand contre le futur vainqueur Florian.

Jonathan DURAND a sorti une très belle compétition en allant jusqu'en demi final mais perd lui aussi contre Florian. Il a été bon debout avec de beau Seoi nage et au sol en faisant juji gatame.

Florian SCHEIDECKER a batttu tous ses copains en tableau donc en final il devait obligatoirement gagner. Ce qu'il fait avec manière puisque sur deux actions, il met waz ari (soto makikomi) et ippon sur un avant arrière.

BOURGOUIN Pauline a dû être très patiente car elle n'a combattu qu'une fois et perdu pour ensuite attendre 2 heure et demi pour avoir sa récompense.

En -66, HOVHANNISYAN Edgar dû faire neuf combat pour gagner la compétition. Il a été très bon sur 8 combat (malheureusement il s'est fait empapaouter... sur le dernier combat de poule). Il a été agressif et percutant dans ses attaques et plus mobile. Nicolas CORBION a seulement perdu en demi final contre Edgar sinon il gagne tous ses combats par ippon. Il a été sérieux tout au long de la compétition.

Pour finir Ibrahim Sagov termine aussi à la première marche du podium après une magnifique compétition. Il a fait deux sode tsuri komi goshi en poule (ippon). En demi final, ippon sur o goshi et en final un magnifique SANKAKU comme à l'entraînement.

TOURNOIS SATELLITE DE CHATEAUBRIAND (08/12)

10 combattants de Saint Sébastien ont fait le déplacement à Chateaubriant pour le tournoi Satellite. Nous avons 4 classés et encore des progrès pour certains.

LEUREUIL Maiwenn (-28) n'a pas réussi à s'exprimer car elle n'est pas assez agressive et ses attaques ne sont pas assez franches.

ROULEAU Rose (-40) n'a pas gagné de combat non plus malgré un bon waza ari sur o gshi sur le premier combat mais ensuite elle se fait contrer deux fois car elle ne tourne pas assez le dos.

SEKHAI Marwan, CHARTOIRE Côme (-38) et GONTAN Arnaud ne sortent pas non plus de poule malheureusement, comme Rose et Maiwenn, leurs actions ne sont pas tranchantes et donc soit ça ne fait pas tomber soit ils se sont font contrer.

VIOLLIER YEPEZ Théo finit cinquième après être sorti premier de sa poule et gagne à la décision son huitième de finale. Malheureusement il tombe sur un judoka qui faisant des seoi nage pourris et il ne trouva pas la solution.

MOUKEBEL Hafid fait une très belle compétition en gagnant sa poule et en dominant sa demi-finale. Malheureusement à 3 sec de la fin, il voulait absolument marquer ippon, il avança sur son adversaire qui fit seoi nage. Dommage car il méritait largement de gagner. Il termine quand même sur le podium.

En -34, on avait trois combattants et ils se sont très bien débrouillés car ils sortent tous de poules. TRULLI PRIOU Noa est encore brouillon et lache le kumi kata sur ses attaques. Par contre il arrive à compenser par la force et le fait qu'il tourne des deux côtés. Il perd en huitième de final. Mohamed TOUNSI finit à la 5ème place. Il a fait un très beau parcours en gagnant sa poule et ensuite les huitième de finale. Malheureusement il perd contre un judoka plus fort que lui mais il a énormément progressé car il a murit. Et pour finir en -34, LACOTE Titouan finit sur la plus haute marche du podium. Il a fait un très bon parcours en gagnant tous ses combats par ippon. Il a fait ippon côté revers, morote seoi nage et ippon ko sans oublier ses très bonnes liaisons debout sol qui lui permet de gagner sa demi finale et finale.

TOURNOI NATIONAL CADET/TE DE NANTES (15/12)

Nous avons 7 cadet/tes sur les tatamis. Ils se sont bien battu et ont montré de bonnes choses mais ils ont pu constater aussi qu'il y avait encore beaucoup de choses à faire afin d'atteindre le haut niveau car le tournoi de Nantes cette année fut très relevé et le tirage au sort pas facile pour nos judokas.

En -46kg: Baptiste gagne son premier combat par waza ari sur un contre et réussi à garder cette avantage jusqu'au bout contre un judoka solide (puisque'il avait battu Ibrahim au tournoi de Lamballe). Au tour suivant, il prend le champion de France minimes 2017, malgré quelques tentatives d'ippon seoi nage son adversaire était plus fort. Il perd par ippon. Au repêchage, Baptiste prend le champion de France minimes 2018 et de nouveau il y a une classe d'écart. Baptiste est plein de bonne volonté et il progresse.

En -50kg, Ibrahim SAGOV ne fût pas gâté par le tirage au sort comme Baptiste. Il gagne le premier combat facilement puis perd le suivant (contre le futur troisième) d'un waza ari. Encore un gaucher qui pose problème à Ibrahim. Il va falloir qu'il fasse un gros effort sur le kumi kata. Au repêchage, il gagne en 10 sec le premier tour sur un ippon seoi nage. Il prend ensuite un droitier mais qui se met à gauche plus physique qu'Ibrahim. Il n'a pas réussi à s'exprimer. Il perd par Ippon.

En -55kg, Louis DESBLANCS gagne son premier combat par Ippon. Il a été sérieux sur les mains malgré 2 séquences où il est sorti du tatami. Au tour suivant, il prend le futur troisième et perd par Ippon. Malgré tout il a tenté quelques actions et le mis en danger sur son Uchi mata. Au repêchage, il prend un gaucher qui croisait, une situation qu'il n'a pas réussi à résoudre, du coup, il prend deux waza ari.

En -60kg, Nolann CHAMU prend le futur cinquième et va au golden score. Il a été bon sur les mains mais n'a pas réussi à le mettre en danger sur ses attaques. Il finit par se faire contrer sur un ippon ko trop loin. Dommage car il ne sera pas repêché.

Jules ROULEAU a fait le boulot puisque'il va jusqu'en quart de final dans une catégorie de 78 combattants. Il gagne donc quatre combats chacun maîtrisé sur les mains. Malheureusement, il lui manque un petit quelque chose pour passer les quarts qu'il perd par ippon mais se fût un combat serré. Il perd ensuite au premier tour de repêchage, au golden score, sur un combat très tendu, avec deux shido partout et cela se finit par une immobilisation de 10 secondes. Il va falloir faire des progrès sur les attaques afin d'être plus tranchant.

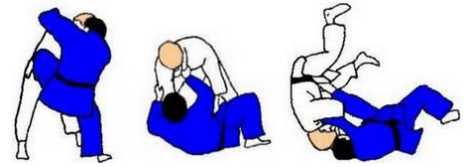
En -73 kg, Sullivan JOUAN perd au premier tour contre le futur troisième. Il n'y a pas eu de combat car son adversaire était plus fort. Il l'a donc mis à quatre pattes pour ensuite le prendre sur un sankaku inversé. Dommage car on a vu les défenses. Sullivan a été repêché a mené d'un waza ari sur une action litigieuse. Dommage car derrière sur deux actions mal négocié sur les mains il prend deux waza ari.

En -70kg, Chloé CORNE finit sur la troisième marche du podium. Elle maîtrisa les combats qu'elle gagne mais elle se fait avoir bêtement en demi-finale. Elle est trop passive en restant en boule et son adversaire l'a renversé comme une poussinette... Dommage car ça demandait de voir plus... Belle performance tout de même puisqu'elle gagne tous ses combats par ippon.

LA TECHNIQUE DU MOIS : YOKO TOMEO NAGE

Traduction : jeter (nage) de côté (yoko)

Famille : Sutemi (sacrifice)



UKE tire TORI en reculant son pied droit. TORI avance son pied droit entre les jambes de son partenaire. TORI pivote sur son pied droit.

TORI continue son pivot, place son pied gauche dans l'aine de UKE et le déséquilibre vers le sol.

TORI arrive sur le dos et commence la projection. TORI pousse avec sa jambe gauche pour projeter UKE sur le côté.

NOTA: TORI contrôle la manche et chasse le coude de UKE pour donner la direction de la chute.