

LES NOUVELLES

Chers parents, chers Judokas,

Cette nouvelle saison démarre sous de favorables auspices, après une superbe saison 2016-2017, au terme de laquelle le Judo Club Clémentin a brillamment atteint l'objectif qu'il s'était fixé, à savoir les qualifications en championnat de France et grande région pour de nombreux judokas. C'est un juste retour pour un club dont la politique de formation est exemplaire. Je voudrais d'ailleurs saluer le dynamisme de l'école de judo, qui, outre l'aspect sportif, joue un rôle éducatif essentiel. Véritable «école de la vie», le judo est en effet un

sport aux vertus éducatives fortes, qui véhicule des valeurs auxquelles je suis très attachée, telles que le respect d'autrui, le courage, la solidarité, valeurs du code moral.

Pour toutes ces raisons, je tiens à féliciter et à remercier les entraîneurs, le comité directeur, Graziella, qui s'investissent sans compter et parfois au détriment de leur vie familiale.

Je vous souhaite à tous, parents, judokas d'excellentes fêtes de fin d'année.

Laurence FERRIEN
Présidente



Reprise des cours
Le lundi 8 janvier 2018

Entraînements pendant les vacances de Noël au dojo de Saint-Clément ouverts aux Minimes, Cadets, Juniors et Seniors, le mercredi 27 décembre et le mercredi 3 janvier de 19h00 à 20h30.

LA TECHNIQUE À L'AFFICHE

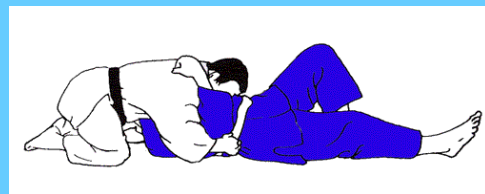
KAMI SHIHO GATAME (Contrôle des 4 points par le dessus) - Technique Osaekomi Waza (Immobilisation)

EXÉCUTION

Uke est à plat dos. Tori se place au dessus à droite de sa tête face aux pieds d'Uke. Il passe sa main droite sous le bras droit d'Uke et vient saisir (en remontant) le col droit de son partenaire. Sa main gauche se place quant à elle de l'autre côté du corps d'Uke et vient saisir la ceinture en passant sous le bras gauche d'Uke. Le contrôle se fait alors sur le torse d'Uke en abaissant son torse. Cette technique offre peu de chances de sortie à celui qui la subit.

POINTS CLÉS

- ◆ Baisser la tête au maximum en appuyant sur le torse de Uke.
- ◆ Allonger et écarter les jambes afin de descendre son centre de gravité.



LE CIRCUIT JEUNE JUDOKA

Le Circuit Jeune Judoka est une épreuve regroupant différentes manifestations telles que stages sportifs, entraînements spécifiques et animations. Il s'adresse aux judokas, poussins, benjamins et minimes à partir de ceinture blanche. L'objectif de ce circuit est de valoriser l'assiduité et l'attitude des judokas qui leur permettront une progression à long terme. Un classement général individuel sera établi lors de la dernière étape. Chaque manifestation donnent des points qui peuvent être suivi dans le RYOKEN, le but étant d'avoir le maximum de points pour être récompensé en fin de saison. Une appellation ludique est associé à chaque catégorie :

- ◆ Les «Scorpions» (poussins) sont les enfants nés en 2009 ou 2008.
- ◆ Les «Lions» (benjamins) sont les enfants nés en 2007 ou 2006.
- ◆ Les «Dragons» (minimes) sont les enfants nés en 2005 ou 2004.

Rendez-vous le samedi 9 juin 2018 pour les récompenses et comptons sur vous tous pour mettre à la une le Judo Club Clémentin.

Pour tout renseignement complémentaire s'adresser aux professeurs ou au membre du bureau. Une fiche de suivi individuel vous a été remise en début de saison afin de suivre votre parcours.

LES DATES À RETENIR

RÉSULTATS DES COMPÉTITIONS ET INFORMATIONS

- Le club se classe 3^e au challenge Joël Tassez de Gien le 21 octobre dernier. Bravo aux 21 jeunes pousses clémentines de pré poussins à Benjamins qui ont participé.
- 9 cadets Clémentins étaient sélectionnés pour la Coupe de France et le Critérium National à Ceyrat les 21 et 22/10. Bravo à Luca Crost qui obtient une belle médaille de bronze dans une catégorie dense de 75 combattants.
- L'équipe Seniors féminines (Marine Chevriaux, Océane Bricout, Cécile Jacquin, Élisabeth Cadet et Anais Odille) s'est sélectionnée au championnat de France 2^e div le 15 octobre dernier à Paris. L'équipe Juniors masculine s'est sélectionnée au championnat de France par équipes le 3 décembre dernier à Paris (composition de l'équipe : Gianni Georges, Florian Wowk, Julien Couderc, Maxime Perrat, Marius Hamard, Justin Jacob, Simon Étaba, Julien Bordin). Bravo à ces deux équipes clémentines pour leurs parcours respectifs.
- 5 Clémentins étaient sélectionnés pour le championnat de France Seniors 1^{re} Div les 18 et 19 novembre derniers au vélodrome de St Quentin en Yvelines.

Ce championnat de France élite regroupait les 50 meilleurs français par catégorie de poids.

Bravo à Océane Bricout, Aurelie Gorski, Anais Odille, Jérôme Jamet et Florian Wowk pour avoir atteint ce niveau de la compétition.

- 5 Clémentins étaient sélectionnés pour le championnat de France Seniors 2^e div et la Coupe de France Seniors les 25 et 26 novembre derniers à Paris. Bravo à Paloma Martins Da Rocha, Baptiste Campos, Gianni Georges, Marius Hamard et à Justin Jacob pour avoir représenté le club sur cette échéance nationale.

- Naomy Autier a remporté l'Open National Minimes d'Orléans le 25 novembre en +70kg. Sa camarade de club, Coleene Bitrou a décroché le bronze en -57kg. Félicitations les filles pour ces deux belles médailles.

- Naomy Autier est devenue le 10 décembre dernier Vice-championne de France Minimes au Vélodrome de St Quentin en Yvelines dans une catégorie forte de 48 combattantes. Elle décroche une médaille d'argent au terme de 7 combats. C'est une magnifique performance et une belle récompense pour elle, sa famille, pour le club et le département de l'Yonne ! Félicitations Naomy !

ENTRAÎNEMENTS - STAGES

- ◆ Le championnat régional Seniors par équipes le 13 janvier prochain à Saint Marcel.
- ◆ La seconde partie de la coupe de l'Yonne Benjamins et une animation départementale Poussins le samedi 27 janvier à Migennes.
- ◆ La seconde phase officielle également pour les Minimes le dimanche 28 janvier à Migennes, ainsi que le championnat départemental Cadets Yonne/Nièvre le même jour au même endroit.

NOS SPONSORS

Le Judo Club Clémentin s'adresse aux parents, responsables d'entreprise, services marketing qui seraient intéressés pour sponsoriser le club. N'hésitez pas à contacter Valérie, Romain ou William qui seront disponibles pour vous en expliquer les modalités. Le Judo club Clémentin remercie ses nouveaux Sponsors et ceux qui ont renouvelé leur confiance.



LE JUDO CLUB CLÉMENTIN VOUS SOUHAITE DE
BONNES FÊTES DE FIN D'ANNÉE