



# LES ECHOS DU DOJO



## Un début d'année prometteur....

Lors des championnats seniors 2<sup>e</sup> division le samedi 24 janvier à Nantes, Manon Martin se classe 3<sup>e</sup> en – 48 kg et Vincent Fourage 3<sup>e</sup> en –100kg se qualifiant pour la phase régionale à Angers le 1<sup>er</sup> mars. Participation de Natacha Ledroit (-57kg), Gabrielle Rochais (-70 kg) et Robin Navarro (-60 kg) qui ne parviennent pas à se classer. Remarquées par la commission sportive du département, Manon Martin (senior –48 kg) et Marine Ledroit (minime –57 kg) sont sélectionnées pour participer au tournoi national de la ville de Laval au mois de février. Malgré les deux podiums obtenus, les prestations de nos judokas lors de cette journée n'ont pas satisfaits pleinement leur entraîneur....

Le dernier week end de janvier fut chargé pour les compétiteurs du Dojo. Le samedi, alors que les poussins affrontaient leur première compétition départementale avec une belle 2<sup>e</sup> place de Coralie Sachau et de belles prestations de Camille Pété et Charles Auger, Natacha Ledroit participait aux championnats régionaux juniors à Angers en – 57 kg. Démontrant de belles choses lors de ses combats, elle ne parvint pas néanmoins à se classer.

Le dimanche, le club ligérien présentait deux équipes aux championnats départementaux benjamins par équipe de clubs. L'équipe féminine composée de Tabatha Mellerin (-36kg), Camille Ledroit (-36kg), Bérengère Brisson (-40 kg) et Manon Pété(-48 kg), renforcée par une benjamine du club voisin et ami de Saint Brévin se classe brillamment 3<sup>e</sup>. De leur côtés, les garçons Nicolas Chauveau (-34 kg), Brice Lepretre (-38 kg), Denys Navarro (-42 kg) et Enzo Rondineau (-46 kg) se classe 5<sup>e</sup>, handicapé par l'absence du benjamin –50 kg. Une de nos minime féminine, Marine Ledroit (-57 kg) complétait l'équipe de Saint Brévin qui se classe 1<sup>ère</sup> lors de cette journée, se qualifiant pour les régionaux le 25 avril.

Le même jour les juniors et cadets masculins se présentaient sur les tatamis d'Angers pour les championnats régionaux, Robin Navarro se classe 7<sup>e</sup> en –66kg et Vincent Fourage (-100kg) monte sur la 3<sup>e</sup> marche du podium, obtenant sa qualification pour les championnats inter zone le 7 mars au Mans, En cadets, Kévin Sorin (-55 kg) se classe lui aussi 7<sup>e</sup> de sa catégorie.

Remarquées par la commission sportive du département, Manon Martin (senior –48 kg) et Marine Ledroit (minime –57 kg) sont sélectionnées pour participer au tournoi national de la ville de Laval au mois de février.

Ces bon résultats satisfont pleinement l'encadrement du club qui voit dans ceux-ci l'aboutissement du travail effectué au Dojo tant en perfectionnement pour les aînés qu'en apprentissage pour les jeunes pousses.



La convention de partenariat conclue entre le CROS (Comité Régional Olympique Sportif) et la clinique Ostéopathique Sutherland à Saint Herblain permet aux judoka licenciés de pouvoir bénéficier de tarifs préférentiels ( de l'ordre de 10€ !) sur les séances de traitement ostéopathique dispensées à la clinique. Cette convention permet aux élèves de 5<sup>e</sup> années de pratiquer sur des cas concrets sous le contrôle de leur enseignant. Les personnes intéressées peuvent prendre les coordonnées de la clinique au bureau du Dojo.



***Afin de redonner de l'éclat à notre bon Dojo, une séance de ménage est prévue le Vendredi 13 février à partir de 18h30 . Pensez à vous y inscrire sur le tableau à l'entrée de la salle, nous avons besoin de volontaires !!***

## Prochaines manifestations

Samedi 14 Février – Laval – Tournoi seniors M&F

Dimanche 15 Février – Laval – Tournoi minimes M&F

Samedi 21 Février – Nantes – Coupe Ne Waza

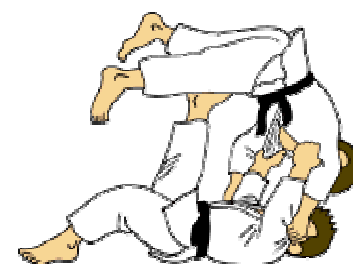
Samedi 21 Février – Nantes – Atelier kata 9h30 à 11h30

Samedi 21 Février – Montoir – Tournoi amical poussinets et équipe de club

Dimanche 22 Février – Montoir – Tournoi amical – Poussins à seniors

Samedi 28 Février – Guérande – Tournoi amical – Poussinets à seniors

Dimanche 1er Mars – Angers – Championnat individuel seniors 2e division



## Donner sans compter

Elle y consacre près d'une quinzaine d'heures par mois. Natacha Ledroit est un peu notre petite reine du bénévolat. Inscrite au club depuis l'âge de sept ans, Natacha a commencé à donner de son temps il y a près de cinq ans. « *Au départ, c'était occasionnel, se souvient-elle. Puis s'est devenu de plus en plus régulier.* »

D'une présence discrète, pendant les cours, Natacha est passée à un encadrement plus affirmé. Elle assure surtout les échauffements. Elle remplace les moniteurs lorsqu'ils sont absents. Mais surtout, « *je fais le uke (celui qui subit l'exercice) quand ils sont là !* », rigole-t-elle. Mais Natacha est aussi investie dans l'arbitrage départemental. « *C'est normal, pense-t-elle. Il faut bien des arbitres pour que nous puissions combattre.* »

Le bénévolat n'est pas un sacrifice pour Natacha. « *Au contraire, c'est carrément un plaisir, revendique-t-elle. Je le fais parce que j'en ai envie. Parce que je suis toujours autant émerveillée de voir les sourires des enfants lorsqu'ils parviennent à faire un beau geste.* » En plus, Natacha y voit un avantage. « *Aider aux cours, c'est un excellent moyen de bien connaître toutes les prises.* »

« *Toujours les mêmes* »

Natacha arrive au club le mardi et le vendredi vers dix-huit heures. Elle en repart vers vingt-deux heures. Entre temps, elle a assuré deux heures de cours et pris le sien. « *Je pensais, qu'avec le lycée, j'allais devoir lever le pied. En fait, je n'y suis jamais arrivée. Et si je le pouvais, j'en ferais plus.* »

Mais voilà, Natacha a d'autres activités. Elle s'est récemment mise à la plongée. Elle fait aussi du théâtre. Là encore, elle n'exclut pas de donner son coup de main si besoin. « *D'une manière générale, il n'y a pas assez de monde à faire du bénévolat, regrette-t-elle. Ce sont toujours les mêmes qui donnent de leur personne. C'est dommage. Car, si chacun ne donnait ne serait-ce qu'une heure par-ci par-là, ça en ferait du temps pour aider au bon fonctionnement de nos petits clubs.* »

Pourtant, l'an prochain, Natacha devra bien se résoudre à abandonner un peu « son » dojo paimblotin. Armée de son bac, c'est tout du moins ce que nous lui souhaitons, elle devrait prendre d'autres horizons, une école loin de nous. Mais nous le savons, elle nous reviendra dès qu'elle le pourra. En attendant, sa petite soeur, Marine, semble bien partie pour prendre sa relève.

### En bref

Natacha a dix-sept ans. Elle est ceinture noire premier dan. C'est une mordue de compétitions. Si le temps le lui permettait, elle aspirerait bien à un dan supplémentaire.

Sébastien Chauveau

## ***Passeport : mode d'emploi***

S'il est une chose indispensable lors des compétitions officielles, stages et autres déplacements, c'est le passeport. Document officiel de la Fédération française de judo, il retrace et récapitule votre « vie de judoka ». Nous le délivrons dès que le judoka du club commencent à participer aux animations officielles. D'un coût de 8€ et valable 8 ans, ce sésame ce doit d'être à jour, c'est à dire : comporter le timbre de licence de l'année en cours (plus au moins un d'une saison précédente), le certificat médical doit y être mentionné dans la case prévue à son effet, attestant de la non contre indication à la compétition (obligatoire!). Sans ces deux points réglementaires, aucune activité lors de compétition officielle ne vous sera permise ...Le timbre de licence arrive au club en même temps que votre carte de licence qui vous est remise en début de saison, donc pensez à amener votre passeport à la salle dès que la carte vous est remise. Lors de votre visite médicale de début de saison, présenter votre passeport au médecin afin qu'il signe la case correspondante (ils y sont habitués). Les grades sont signés sur le passeport par le professeur, donc il vous appartient de lui présenter à chaque changement de grade afin qu'il le mette à jour. Puis il ressort de votre attention de remplir les pages attestant de votre parcours de judokas (stage, podiums...) et de le faire signer par la personnes concernée. N'hésitez pas à demander de plus amples renseignements aux encadrants du club...et prenez l'habitude de le faire vérifier par le professeur **avant** chaque déplacement si un doute subsiste....