



LES ECHOS DU DOJO



Des projets en cours...

L'équipe dirigeante travaille sur plusieurs projets qui verront le jour cette saison ou la saison prochaine. En plus du tournoi par équipe de club qui aura lieu fin avril et la préparation de la fête de fin de saison qui commencent à occuper les esprits, la commission extra sportive planche sur un projet d'échange avec un club montagnard. Ce projet d'envergure se dessine petit à petit et nous vous tiendrons informés quand une esquisse de projet se dessinera.

Un autre sujet préoccupe aussi le comité directeur : les frais de transport. En effet les stages de formation pour les encadrants et les stages d'arbitres, en plus des frais de compétition ont amené les dirigeants à réfléchir à l'achat d'un minibus, éventuellement en se faisant aider par des sponsors, sachant que celui-ci pourrait être amorti en deux saisons...

Comme vous pouvez le voir, les « hommes de l'ombre » travaillent au bon fonctionnement du Dojo.

Tournoi de Nantes

Quatre de nos cadets étaient inscrits pour participer au tournoi de Nantes le dimanche 3 décembre. Ce tournoi labellisé (c'est à dire reconnu par la fédération française de judo) implique la participation de nombreux pôles espoirs et de ce fait un niveau élevé. Natacha Ledroit (-57 kg), Antoine Sorin (-55 kg) et Vincent Fourage (-81 kg) ont fait le déplacement avec envie de bien s'y comporter. Malheureusement Robin Navarro (-55 kg) n'a pu y participer, s'étant blessé la semaine précédente (au sport scolaire, pas au judo comme quoi...). Antoine se classe 7e dans sa catégorie, marquant dix points supplémentaires pour sa ceinture noire. Natacha après un premier combat mitigé de mise en route s'est fort bien comportée par la suite, prouvant qu'elle sait se surpasser et pratiquer du judo. Pour sa part Vincent a eu du mal à pratiquer son judo, sans doute impressionné par le niveau de l'adversité. De toute façon cette expérience leur sera bénéfique à tous les trois, et leur a permis de se remotiver, si besoin en était, pour la suite de la saison et sur le travail à poursuivre...

Afin de fêter Noël, un cours commun réunissant tous les licenciés aura lieu au Dojo

Vendredi 22 Décembre
à 18h30



Ce moment de convivialité est l'occasion de réunir les jeunes judokas et leurs aînés, aussi la présence de tous est fortement recommandée, d'autant qu'en ces temps de fête une surprise peut avoir lieu...et qu'une collation sera offerte par le club à l'issue de ce rassemblement.

La plus haute marche du podium pour Marine .

Dimanche 26 se déroulait à Nantes la première compétition officielle pour les benjamins. Lors de ce tournoi, Marine LEDROIT abordant la compétition dans un état d'esprit de conquérante se classe première dans sa catégorie (-48 kg). Ce résultat positif lui donne de bonnes sensations pour la suite de la saison.

Regrettons le manque de motivation des garçons du club pour cette compétition pourtant utile pour le reste de la saison. L'étape de sélection pour les départementaux ne leur sera que plus difficile à franchir...

Bientôt les passages de grades !

Étape importante pour tout judoka, le passage de grade permet de situer sa progression. Les différents grades sont classés en deux niveaux : les kyu (ceintures de couleur) et les dan (grade de ceinture noire). La ceinture noire (1er dan) et les dans suivants sont attribués par la commission nationale des grades qui dépend de la fédération française tandis que les kyu sont attribués par le professeur du club.

Les grades sont les suivants : blanche – blanche/jaune – jaune – jaune/orange – orange – orange/verte – verte – bleue – marron – noire.

Soulignons que malgré leurs reconnaissances officielles, les ceintures bicolores restent des « ceintures » et ne prennent pas l'appellation de kyu, terme réservé aux ceintures de couleur unie... donc par conséquent, une ceinture orange/verte (par exemple) est considérée comme orange en terme de kyu (la première couleur).

Au Dojo Paimblotin, nous avons choisi de fragmenter les grades en trois niveaux (que l'on appelle degré) afin d'avoir une progression plus linéaire.

C'est ainsi que chaque saison trois passages de grade sont organisés dans chaque cours, donc une progression constante permet à chacun de pouvoir changer de ceinture chaque année... (c'est bien fait quand même!!) sauf pour les enfants du cours du samedi où la nécessité de « marquer » la progression ne s'avère pas nécessaire. Ajoutons que pour les adolescents et adultes, les ceintures bicolores ne sont pas appliquées chez nous, et que leur progression est plus rapide et par kyu complet (sans passer par les degrés).

Le programme des passages de grades est basé sur les connaissances acquises pendant les cours, la sévérité du jugement étant proportionnelle au grade postulé. La programmation des séances a été planifiée conjointement par les encadrants lors de la préparation de la saison en se basant sur la progression officielle de la fédération française de judo et en adaptant le travail des habilités techniques fondamentales requises aux objectifs souhaités. Lors de chaque passage, le judoka postule pour un degré supplémentaire, le changement de grade s'effectuant à l'obtention du troisième degré. Néanmoins il peut arriver qu'exceptionnellement plusieurs degrés soient décernés pour récompenser un travail et une prestation exemplaire. Signalons que l'attitude lors des cours a une importance capitale pour la réussite au passage (de toutes façons un judoka dissipé à du mal à retenir les apprentissages et se sanctionne lui-même).

Mais n'en faisons pas une sinécure, chaque judoka sérieux dans son travail réussira forcément son « examen » et pour les malheureux, il leur est toujours précisé, bien qu'ils le savent souvent d'eux-même, les points à améliorer.

Le Dojo Paimblotin met à la disposition des personnes souhaitant un support écrit un livre répertoriant les différentes techniques, expliquées et détaillées, photos à l'appui, de manières précises, claires et pédagogique pour un coût de 4,50 €. Ce livre, conçu par un cadre fédéral, a été sélectionné par l'encadrement pour sa clarté et sa méthodologie. N'hésitez pas à vous renseigner au bureau lors des cours.

Vous pouvez retrouver tous les exemplaires précédents de « L'écho du Dojo » sur le site Internet :

<http://perso.wanadoo.fr/dojopaimblotin> rubrique « vie du club »

Prochaines manifestations

Vendredi 1er décembre – Montoir – Stage arbitrage

Samedi 2 décembre – Nantes – Tournoi de Nantes (juniors)

Dimanche 3 décembre – Nantes – Tournoi de Nantes (cadets)

Samedi 9 décembre - Nantes – stage arbitrage

Dimanche 10 décembre - Nantes – Coupe départementale minimes

Dimanche 10 décembre - Nantes – Championnat départemental équipe seniors féminine

Samedi 16 décembre – Angers – Stage enseignants

Dimanche 17 décembre – St Brévin – stage ju jitsu

Samedi 23 décembre – Angers – Championnat régional équipe seniors masculins

