

La News de l'EGJ

Le site: egjudo.com



| N° 39

Sous le soleil exactement

Au revoir le froid et ses cours en visio, bonjour les beaux jours et ses cours en extérieur. Malheureusement le Covid circule toujours et particulièrement en Ile-de-France, l'EGJ s'adapte et propose à ses judokas de retrouver leurs professeurs, en présentiel, à l'extérieur dans le strict respect des gestes barrières. Certes ce n'est pas encore un retour au dojo, mais le fait de se retrouver et de partager des entraînements ensemble est déjà un pas important. Plus mobilisés que jamais, vos coaches se languissent de vous. Désormais, ils comptent sur votre présence et votre participation active aux entraînements sous le soleil.

Le rendez-vous de l'EGJ Gagny sous le soleil :



Rendez-vous au club avec Ruddy, Nathalie & Abel

Pour les enfants de 6 ans à 13 ans :

- Les mercredis 16h à 17h30
- Les samedis 14h à 15h30

Pour les Judokas et jujitsukas cadets-adultes :

- Les mercredis de 16h30 à 17h30
- Les dimanches de 10h30 à 12h00

Pour les Baby I & II :

- Les samedis de 13h à 13h45

En forme et de bonne humeur en tenue de sport avec une bouteille d'eau !

Nous vous attendons nombreux !



Violences, Aux armes et cætera

« Et si le sport pouvait soigner la terre, de tous ces maux de toutes ces guerres, devenir l'axe prometteur, De la naissance d'un monde meilleur. » Ces vers de Jaques Dupeyron, nous y souscrivons, vraiment. Soucieuse et consciente de son rôle à tenir, l'Entente Gabinienne de Judo s'engage et adhère auprès de l'Association Française pour un Sport sans Violence et pour le Fair-Play. L'Asfsfp s'inscrit parfaitement dans les valeurs fortes de notre code moral.

Ses missions :

Promouvoir la pratique du sport dans le respect des règles, de l'esprit du jeu, de l'arbitre et de l'adversaire.

Pourquoi ?

- Protéger le sport de la violence et de la tricherie qui le polluent.
- Garantir l'égalité des chances.
- Lutter contre l'injustice du sport.
- Respecter l'arbitre.
- Eviter le détournement du règlement.
- Lutter contre le hooliganisme, les discriminations et la radicalisation.
- Lutter contre la corruption.

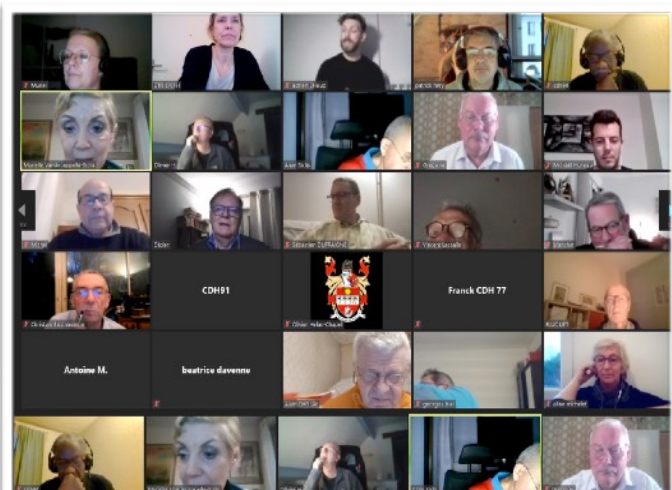
Tous ensemble, nous préserverons l'éthique et la déontologie du sport. nous protégerons les sportifs, les licenciés, les arbitres, les entraîneurs, les dirigeants etc. Nous garantirons les morales, culturelles et sociales du sport.

Ci-dessous, le lien qui vous présente cette association avec les valeurs et les actions qu'elle défend. Bonne lecture. <https://www.youtube.com/watch?v=iwHnxcjuRI&feature=youtu.be>

Hip hip hip hurra

L'ASFVSP affiche un prestigieux palmarès.

- Elle est agréée par le ministère de la Jeunesse et des Sports depuis 1984 et déjà riche d'un beau palmarès.
- Diplômée d'honneur par l'Unesco Trophée « sport et Fair-Play » décerné par le CIO.
- Agréée « sport » du ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative.
- Agréée « Jeunesse et Education Populaire » du ministère de la Jeunesse, des Sports et de la vie Associative.



Crifh : Je suis venu te dire...

Dans le cadre de son engagement pour le handicap, Muriel Boussuges a participé à la réunion du comité Ile-de-France régional handisport, dernière réunion avec ses membres élus avant la prochaine élection le mois prochain pour la prochaine olympiade. L'occasion de faire un point sur les candidatures à venir et notamment celles des grands électeurs où Muriel se présente pour sa 3e mandature.

Vielles Canailles de la prépa physique

Samedi 27 février . Nos trois enseignants, Ruddy Vallet, Nathalie Cadiot et Abel L'Amrani Rodriguez ont participé à un stage organisé par le Comité de judo 93 sur la « Préparation Physique - la performance de l'enfant à l'Adulte ». Animé par Christophe Hersant 6e Dan, Formateur et Préparateur Physique à l'INSEP, CFA Omnisports PSG et Sucy Judo.

La performance chez l'enfant, l'évaluation pour un public compétiteur, les pratiques selon les tranches d'âges (Eveil - 6-8 ans, 9-11 ans, 12-14 ans, 15-17 ans, 18 ans et plus) ont été travaillées.

<https://fr-fr.facebook.com/comitejudo93/videos/730897377813499/>



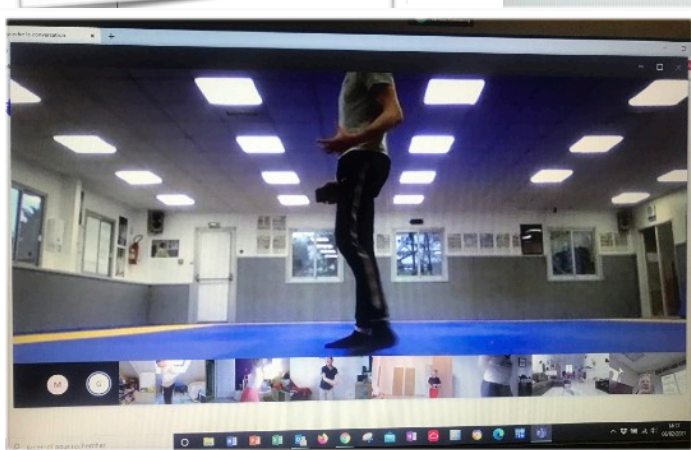
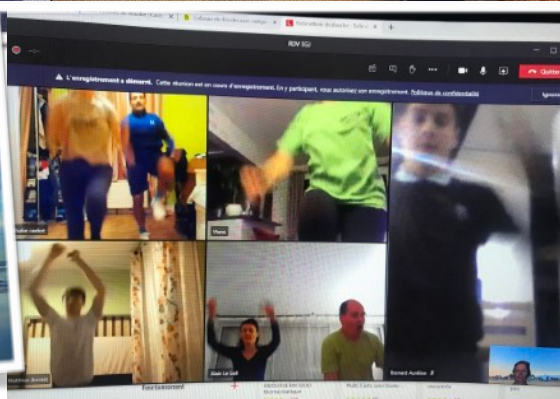
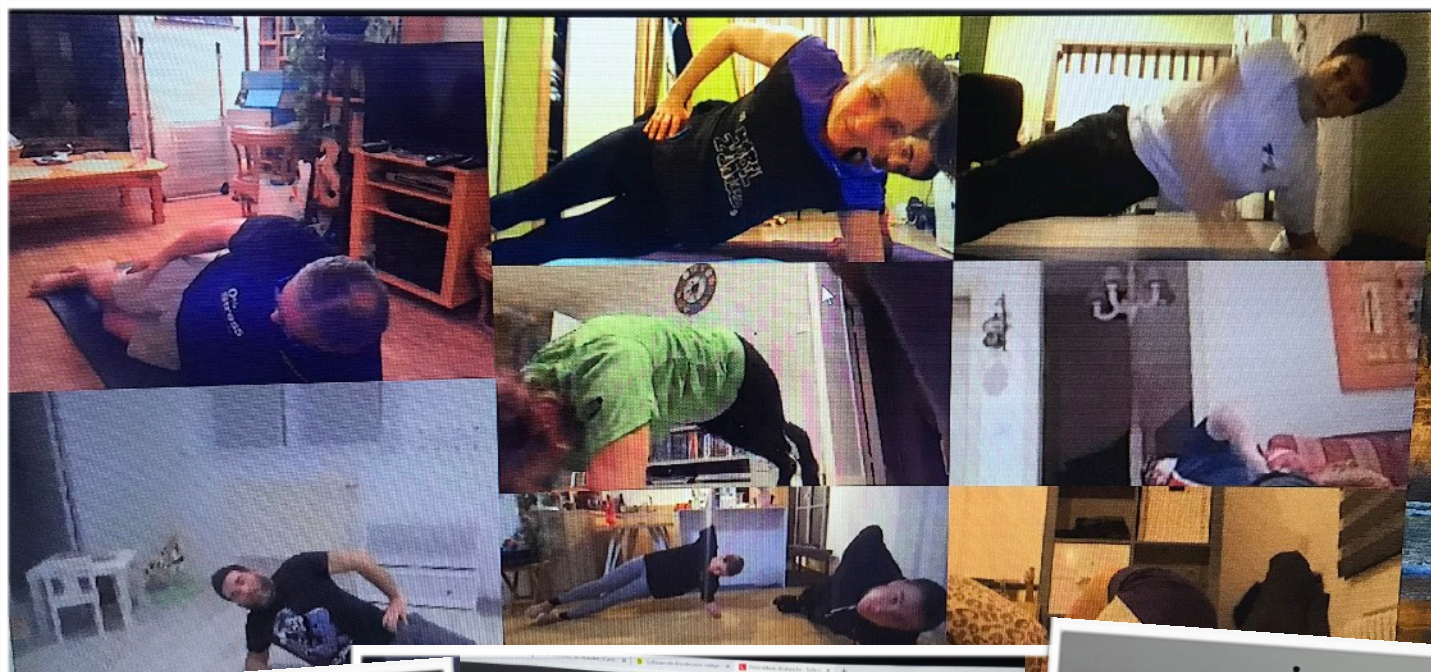
Cool men

Ruddy a organisé deux concours pour nos plus jeunes. Un sportif (gainage) et un second qui faisait plus travailler les méninges. Louka Tessier s'est imposé sur l'exercice de gainage. Pour le questionnaire, le gagnant est Ismaïl, ils remportent tous les deux un ballon en cuir. Et vous auriez-vous eu 12/12 au quiz ? A vous de jouer.

1. De quel pays viens le judo ?
2. Qui a inventé le judo ?

3. A quel siècle le judo est-il inventé ?
4. Quelles sont les deux couleurs de kimono en compétition internationale ?
5. Donner le nom d'une championne de judo ?
6. Donner un champion de judo ?
7. Quelle est la ceinture après la marron ?
8. Quelle discipline a été inventée en premier, le judo et le jujitsu ?
9. Qu'est-ce qu'un shido ?
10. Que veut dire « matse » ?
11. Quel âge à Ruddy ?
12. Donner un champion autre que Teddy Rinner.

Réponses : 1- Japon, 2- Jigoro Kano, 3- XIXe siècle, 4- Blanc et bleu, 5- 6 les choix sont multiples, 6- Une pénalité, 7- 10 - mot japonais pour signifier une pause dans un exercice ou dans un combat, 8- 11 - 22 ans, 9- 12 - les choix sont multiples.



En mode Comic strip

Un mois de février toujours organisé autour du couvre feu contraint des cours en visio. Ces images sur nos télévisions ou nos écrans d'ordinateur ressemblent à une BD dont vous êtes les acteurs actifs. Bravo à tous les participants et encore merci à Nathalie, Abel, Ruddy, Mahina et Julian pour votre dynamisme et à votre volonté de nous maintenir en forme...

