

La News de l'EGJ

Le site: egjudo.com



| N° 24

Et savoir donner...

L'EGJ vous offre la possibilité de faire un don au club via notre site egjudo.com. Rendez-vous dans l'onglet en haut à droite (s'inscrire/faire un don). Suivez le lien: <https://www.payassociation.fr/egjudo/dons>

La mise en place en ligne de cette opportunité est en association avec notre partenaire le Crédit Mutuel de Gagny. Le site n'est qu'un tremplin pour se rendre sur un site bancaire de gestion ultra sécurisé. Pourquoi donner à une association sportive?

Donner rend heureux

Une étude menée par la Harvard Business School le confirme, faire un don rend heureux ! En explicitant les relations entre les comportements caritatifs et le bonheur, les recherches prouvent que non seulement donner nous rend plus heureux mais en plus, que plus on est heureux, plus on donne... Un véritable cercle bénéfique !

Donner est déductible des impôts

En donnant à une association de loi 1901, vous pouvez demander un reçu fiscal qui vous permettra de bénéficier d'une réduction d'impôt de 66% de votre don. Donc, si je veux donner 10 €, je peux donner 30 € car on me rembourse 20 €.

Donner peu, c'est déjà beaucoup

« Les petits ruisseaux font les grandes rivières ». Comme le suggère ce proverbe, chaque don compte et fait la différence. Peu importe le montant de la contribution, pour supporter une cause solidaire, chacun doit y mettre du sien !

Donner est contagieux

Des études menées par Harvard prouvent que donner est contagieux. Nos choix ont des

influences positives sur les autres. En incitant directement des proches à donner, votre entourage a jusqu'à quatre fois plus de chances de passer à l'acte.

Donner, c'est écouter son cœur

D'après un article de The Guardian, donner est une affaire de cœur. Ce sont les histoires des autres qui nous touchent et nous rallient à une cause, pas les chiffres. Parce qu'on y croit du fond du cœur : voilà une bonne raison de donner !

A quoi servira votre don

- Aux déplacements sportifs pour nos athlètes de tous âges.
- Aux sorties lors des stages extra scolaires pour les enfants de 6 à 14 ans
- A la mise en place d'amélioration significative au succès, comme un préparateur mental ou du matériel sportif
- A toutes les idées de notre staff sportif qui visent à la rencontre du succès et la cohésion.

Je souhaite bonne route à ce projet et vous remercie par avance du geste MAGNIFIQUE que vous réaliserez.

Sportivement,

Muriel Bousuges, Présidente EGJ Gagny





L'arbitrage sonne sa rentrée

Dimanche 6 octobre, le Comité de Seine-Saint-Denis organisait son stage de rentrée de l'EDA au complexe sportif Henri-Vidal à Montfermeil. Les stagiaires ont pu se familiariser avec toutes les nouveautés en matière d'arbitrage. Kévin Britan, Mohamed Ghanem, Bastien Gobert, Lina L'Amrani, Kilian Widaux, Valentin Gobert, Ayoub Ajil, Arthur Nereau, Ewann Pizzagali Cornec se sont engagés et ont intégré l'école départementale d'arbitrage. Félicitations à tous pour votre engagement. Au cours de ce rendez-vous, plusieurs Gabinien ont été récompensés, Julian Coubetergues, Noé L'Amrani, Julien Jacques, pour leur nomination au titre d'arbitre régional, Tanguy Balaven, pour sa nomination au titre d'arbitre départemental, Christophe Coubetergues, pour sa nomination au titre de commissaire sportif départemental.



Pas de miracle à Noisy

Dimanche 13 octobre. Nos judokas voulaient des adversaires de taille, ils ont été servis. Les champions s'étaient donnés rendez-vous au tournoi international senior de Noisy-le-Grand pour préparer au mieux le Championnat de France 1re div (samedi 2 et dimanche 3 novembre). Du côté de l'EGJ, trois engagés, un senior et deux juniors. A l'arrivée pas de miracle, « pour faire quelque chose dans ce genre de tournoi, il faut s'entraîner plus fort » expliquait le coach, Abel L'Amrani Rodriguez.

Résultats. -60kg : Ruddy Vallet, NC;
-66 kg : Julian Coubetergues et Noé L'Amrani, NC.

Fatale Ferté-Gaucher

Ce dimanche 13 octobre, était décidément maussade. Pas de médaille non plus pour les cadets et un juniors à la Ferté-Gaucher (Seine-et-Marnne). Malgré de beaux combats et de l'engagement nos sociétaires ne sont pas parvenus à se hisser sur le podium. Cependant Nathalie Cadiot coach du jour se voulait positive, « Certes il n'y a pas de podium, mais je retiens la bonne attitude de nos judokas. Ils ont écouté, ont montré de l'envie, ils se sont battus, malheureusement les résultats ne sont pas là. Mais je suis certaine que cela va payer très prochainement. » On y croit !

Résultats. Junior, -73kg, Julien Jacques : 7e.
Cadets, -48kg, Lina L'Amrani : 5e; -55kg,
Nassim Bourim: NC; -66kg, Will M'Bengui : 5e.



Tous ensemble, tous ensemble... le 9-3

Mercredi 16 octobre. Le Comité du 93 organisait son premier entraînement de masse de la saison au gymnase du Parc au Blanc-Mesnil. Les jeunes et les moins jeunes ont répondu présents. Bravo à tous pour votre engagement et votre participation active lors de ces rencontres riches en échanges et en partages.

Etaient présents et encadrés par leur professeur Ruddy Vallet, chez les benjamins

- minimes : Louiz Ait-Idir, Ethan et Matthieu Dupas, Chloé Ristat, Noémie Aiguie, Dayana Alger, Bastien Gobert, Isamil CHouaieb, Fernando Teixeira, Louka Tessier, Kevin Britan.

Etaient présents et encadrés par leur professeur Nathalie Cadiot, chez les cadets - juniors : Lina L'Amrani, Lilia Ait-Idir, Lyna Laouby, Nassim Bourim, Will Mbengui, Tanguy Balaven, Arthur Nereau.



Lina assure...



Samedi 19 octobre. Lina L'Amrani ouvre le compteur des médailles pour la saison 2019-2020. Sélectionnée par le comité 93 au tournoi Label A de Nogent-sur-Oise, notre cadette remporte une belle médaille d'argent.

Résultat. Cadette, -48 kg, Lina L'Amrani : 2e.

... Karnika aussi

Samedi 19 octobre. Samedi 19 octobre. C'était la journée des filles. Les seniors, juniors et cadets étaient engagés au tournoi international de Bondy. Et du côté des cadettes, à distance, Karnika a répondu du tac au tac à Lina. Elle s'incline, également en finale mais décroche, elle aussi, une belle médaille d'argent.

Résultats. Seniors-juniors : -66kg, Julian Coubetergues : 5e, Tanguy Balaven : NC ; -73kg : Julien Jacques : NC. Cadets (tes) : -44kg, Karnika Krishnarajan : 2e ; -63kg, Lilia Ait-Idir : 7e ; -55kg, Nassim Bourim : NC ; -73kg, Will Mbengui : 5e et Arthur Nereau : NC





Monstres et compagnie

Lundi 21 octobre au vendredi 25 octobre. Trente-six judokas du club ont participé au stage de la Toussaint de l'EGJ. Encadré par Ruddy Vallet assisté par Mahina Pontes, nos judokas ont pu alterner judo, jeux divers, équitation et journée Halloween. Merci à tous les acteurs qui ont pu rendre ce stage possible, la cavalière Camille Boust, Nathalie Cadiot, Martine Cappy Massot alias Nona et Mikael Britan. Vivement le prochain stage !





A vos agendas

Mercredi 6 novembre
Qualifications fédérales
Assistant club et
Animateur suppléant au
comité judo 93 au Blanc-
Mesnil.

Samedi 9 novembre
- 1er tour poussins,
Bondy.
- Championnat par
équipe seniors, à Bondy.

Dimanche 10 novembre
- Tournoi international
de Harnes, cadets.

- 1er tour benjamins,
Bondy.
- 1er tour mini-poussins,
Bondy.

Samedi 16 novembre
Qualifications fédérales
Assistant club et
Animateur suppléant à
Pantin.

Samedi 30 novembre
- Championnat
départemental juniors
à Epinay-sur-Seine.

- Ensemble pour le
Téléthon Tous les
judokas à l'Aréna à
Gagny.

- Soirée Téléthon, repas,
jeux, soirée dansante à
19h30 à l'Aréna à
Gagny.

C'est reparti

Lundi 20 et mardi 29 octobre. On ne change pas une collaboration qui gagne. Fort de ce constat, les entraînements de masse avec Drancy ont repris dans la bonne humeur et le travail. Bravo à tous les participants à ces deux premiers entraînements.

