

La News de l'EGJ

Le site: egjudo.com



| N° 47



Les poussines en leaders

Samedi 2 octobre. C'est reparti pour les compétitions des plus jeunes. En guise de hors d'oeuvre le premier tour du critérium poussins. Cinq Gabiniens étaient alignés, pour un bilan contrasté.

« Beaucoup de travail reste à effectuer, on est sur la bonne voie » confessaient Ruddy et Mahina à l'issue de la compétition. La prime toutefois aux jeunes filles qui se sont octroyées les premières places.

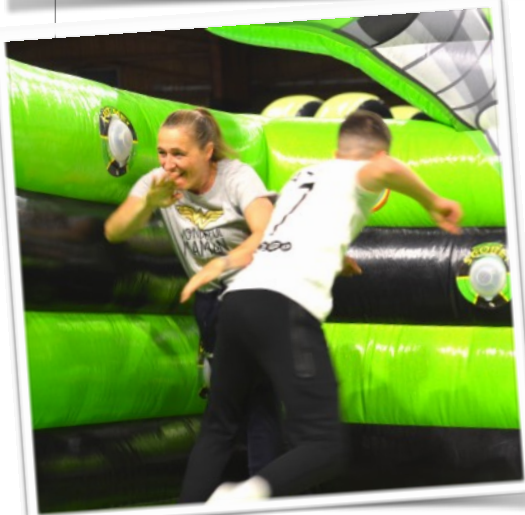
Résultats : Melha Mebrek, Melya Ziad et Hugo De Bergevin, 1er ; Sasha Tessier, 2e ; Jabrane Rachdi, 3e.



Ruddy bronzé

Samedi 2 octobre. Après les poussins place aux seniors. Seul Ruddy (-60 kg) était présent pour défendre les couleurs de l'EGJ lors du Championnat de France première division de Seine-Saint-Denis. Il se classe troisième et se qualifie pour les demies finales du Championnat de France le 23 octobre à l'Arena Teddy Riner à Asnières.

Résultats : -60 kg, Ruddy Vallet, 3e. Mahina Pontes blessée.



Gonflés à bloc

Dimanche 3 octobre. Il n'y a pas que le judo, il y a aussi des judokas qui ont parfois besoin de s'affronter ailleurs que sur un tatami. Le Comité départemental de Seine-Saint-Denis a donc organisé un interclubs sur structures gonflables. Plusieurs défis au programme d'une journée incroyable, drôle, et sympathique. Au programme des gamelles, du rire, de l'entraide, du fun. Deux équipes étaient alignées par l'EGJ, une équipe senior (Nathalie Cadiot Ruddy Vallet, Abel L'Amrani Rodriguez Fabien Tessier, Christophe Gobert) et en soutien intellectuel, Mahina Pontes) et une équipe minimes-cadets (Louka Tessier, Lina L'Amrani, Gabin Cadiot, Apolline Bricou Bastien et Valentin Gobert). Mention spéciales à nos équipes qui ont brillé. Les seniors terminent premiers, tandis que les minimes-cadets s'octroient la quatrième place.





Un séminaire pour renforcer les liens

Samedi 9 octobre. Le Comité Régional Ile-de-France Handisport a organisé son séminaire des clubs accueilli par le Comité départemental handisport des Hauts-de-Seine. Devenu aujourd'hui incontournable, cet événement a rassemblé cette année dirigeants, bénévoles, salariés des clubs, comités départementaux et une cinquantaine de clubs. Une occasion de renforcer les liens entre clubs et comités et ainsi pouvoir échanger entre acteurs du mouvement handisport. Engagée pour "le sport pour tous », l'EGJ était représentée par Muriel Boussuges, présidente du club, membre du comité départemental handisport de seine Saint Denis et Grande électrique.

Au taquet avec le cross training

Cross training, quésaco ? Très physique et puissant, il mixe fitness et musculation et se décrit comme un programme de renforcement musculaire ultra cardio. Huit judokas du club (Ruddy Vallet, Christophe Gobert, Bastien Gobert, Gabin Cadiot, Mathieu Dupas, Mathias Beurin-Ciekot, Lina l'Amrani, Apolline Bricou) s'y sont essayés. Le moins que l'on puisse dire, c'est qu'ils se sont donnés et ont brûlé quelques calories. Une nouvelle expérience qui a incité le club à signer un partenariat avec CPGYM Sport pour la saison. Ainsi, l'animateur, Haroun, en collaboration avec Abel et Nathalie organisera des séances de préparation physiques spécifiques pour nos athlètes.





Le Jujitsu se met à table

Mercredi 20 octobre. Cette saison, chaque dernier mercredi avant les vacances, les jujitsukas ont décidé de se retrouver autour d'un repas. Un très bon moment de partage et de convivialité.



Foot, toujours prêts !

Samedi 23 octobre. C'est désormais une petite tradition, avant les



Inès sur la boîte

Deux athlètes étaient engagés pour les demies finales du championnat de France seniors première division. Inès dans l'Est et Ruddy en Ile-de-France à Asnières (Hauts-de-Seine). Inès monte sur la troisième marche du podium et renoue avec les breloques. Malheureusement Ruddy se blesse avant la compétition (entorse à une cheville), il est contraint de déclarer forfait.

Résultats : -57 kg, Inès Khatir, 3e. -60 kg, Ruddy Vallet forfait sur blessure.

vacances... si on faisait un petit foot. Le club a donc organisé son traditionnel foot en salle pour le cours des 10-13 ans et cadets-adultes. Une bonne séance de cardio entre copains.



Au top pour Halloween

Pendant la première semaine des vacances de la Toussaint, l'EGJ organisait un stage multi-activités. Alternant, judo, jeux divers, piscine, vingt judokas du club ont participé. Comme d'habitude, nos jeunes se sont bien amusés. Merci à Nassim pour le soutien à la piscine, à Camille pour la décoration Halloween et à Milène Timuks de chez IAD, notre nouvelle partenaire (voir page suivante), pour les sucettes offertes aux enfants en fin de stage.



Nouveau partenariat

L'EGJ Gagny a mis en place un partenariat avec Milène Timuks de chez IAD France. Pour chaque inscription sur nosrezos (inscription gratuite au lieu de 29 euros par mois), s'adresser à Muriel pour obtenir vos codes de connexion pour l'inscription et l'EGJ Gagny vous offrira un cadeau sur remise du mail de confirmation d'inscription.



Mahina (bientôt) le retour

Opérée d'un genou, Mahina se remet et est déjà impatiente de retrouver le chemin des tatamis. Il faudra encore patienter un peu... Bon courage, « La patience adoucit tout mal sans remède. »



Dayana avec les compétiteurs du 93

Samedi 30 et dimanche 31 octobre. Le comité de judo de Seine-Saint-Denis organisait à Aubervilliers, un stage minimes-cadets. Animé par Nassar Benguesmi, Amine Benabdelouhed et Christophe Grossain ce rassemblement était réservé aux compétiteurs. Dayana, minime première année était engagée.

Le passe sanitaire pour les mineurs, c'est terminé

La chambre haute du Parlement français a adopté jeudi dernier l'amendement sur le projet de loi exemptant les mineurs de passe sanitaire pour la pratique d'une activité physique et sportive au sein d'une association ou d'un club.

Le passe sanitaire pour les mineurs, c'est fini. Ainsi en a décidé le Sénat, qui a adopté l'amendement sur le projet de loi portant

sur diverses dispositions sanitaires de Michel Savin, sénateur LR de l'Isère, et président du groupe d'études « Pratiques sportives et grand événements sportifs ». Un projet exemptant donc les mineurs de Passe sanitaire pour la pratique d'une activité physique et sportive au sein d'une association ou d'un club.

« C'est une mesure de santé publique importante, a notamment commenté le sénateur. La sédentarité a explosé chez les jeunes ces derniers mois, ce n'est pas anodin. Nous devons tout mettre en oeuvre pour combattre ce fléau. C'est aussi une mesure directe de soutien aux clubs et aux associations [...]. Il est de notre devoir de permettre le retour à la pratique sportive des mineurs. » Le texte adopté par le Sénat sera désormais examiné en commission mixte paritaire dans les prochains jours.

