

La News de l'EGJ

Le site: egjudo.com



| N° 23



Succès fou au forum des associations

Samedi 7 septembre. Chaque saison débute avec le traditionnel forum des associations. Un salon qui permet aux parents et aux enfants de découvrir l'offre sportive sur la Ville. Le bilan de cette année est positif, tant sur l'investissement des sociétaires (distribution des tracts, journaux ou pour renseigner les visiteurs) que sur la fréquentation au sein de l'Àrena. Rires, partages et convivialité ont rythmé cette belle journée. Un grand bravo à tous les acteurs de ce succès : Dayana Alger, Tanguy Balaven, Fabrice Blangis, Michèle Blangis Colard, Olivier Bricou, Miko Britan et ses fils Kévin et Morgan, Nathalie Cadiot, Christophe et Julian Coubetergues, Julien Jacques, Mahina Pontes, Noé L'Amrani, Abel L'Amrani Rodriguez, Fabien Tessier et ses fils Sasha et Louka, Ruddy Vallet et sans oublier Arthur Nereau et Lina L'Amrani.



12 ans ça se fête au dojo

Samedi 19 septembre. Marc-Aurel a fêté ses douze ans avec ses camarades du cours handi-judo. Une rencontre sympathique autour d'un verre pour célébrer dignement cette nouvelle bougie sur le gâteau. Encore joyeux anniversaire champion.



En Ile-de-France, l'arbitrage se partage

Dimanche 1er septembre. Les arbitres et commissaires sportifs de l'EGJ (Tanguy Balaven, Christophe et Julian Coubertergues, Christophe Gobert, Julien Jacques et Noé L'Amrani) étaient conviés à l'Institut du judo à Paris pour un stage d'arbitrage réunissant les arbitres de l'Ile-de-France. Les nouveautés en matière d'arbitrage ont été étudiées, analysées et discutées. Une rencontre riche qui a permis aux stagiaires de confronter leurs avis et de partager leurs interrogations.

Melvin au chevet des compétiteurs

Le sport repose en partie sur le mental. Au judo, le mental compte autant que le physique et la technique. Avec un mental défaillant, les attaques sont moins sûres, les erreurs plus nombreuses. La force mentale peut permettre de faire la différence. Pour améliorer les performances, de nombreux sportifs font désormais appel à un préparateur mental, car le sportif a besoin d'un mental fort pour progresser. L'EGJ s'est donc attaché les services



de Melvin Pasquini pour assurer cette mission. Licencié en Staps, judokas, pompier volontaire, nageur-sauveteur, il s'investira auprès des compétiteurs du club. Il les accompagnera à devenir plus fort mentalement et plus à même à supporter des efforts physiques plus longs et plus intenses. Melvin travaillera également la concentration des compétiteurs et leur confiance. Un vaste programme qui devrait porter ses fruits sur le long terme et permettre à nos champions de se sublimer.



C'est reparti !

Tous les cours ont repris. Du côté des plus jeunes, encadrés par Ruddy Vallet, assisté par Julian Coubetergues, les petits judokas peuvent effectuer leurs premiers pas dès 3 ans sur le tatami. Les 3-4 ans se retrouvent le samedi de 12h45 à 13h30, tandis que les cinq ans leur succèdent de 13h30-14h30. Bonne route aux futurs champions qui étaient déjà nombreux et motivés en cette rentrée

Du côté des grands, les cours des quatorze ans et plus ont repris dès que le mois de septembre a pointé son nez. Encadré par Nathalie Cadiot et Abel L'Amrani, le cours adultes a démarré sur les chapeaux de roues, car les échéances importantes se profilent déjà. Au programme, travail, sueur et bonne humeur... la routine !



A vos agendas

- Dimanche 6 octobre**
Stage rentrée EDA.
Complexe Sportif Henri Vidal 9, rue Utrillo 93370 Montfermeil
- Dimanche 13 octobre**
 - Tournoi international de Noisy-le-Grand, séniors.
 - Tournoi de la Ferté Gaucher, cadets.
- Lundi 14 octobre**
Entraînement de masse, Drancy.
- Mercredi 16 octobre**
Entraînement de masse, Comité 93 au Blanc-Mesnil pour les 10-13 ans, puis les cadets-juniors.
- Samedi 19 octobre**
 - Animation mini-poussins et poussins, Bondy.
 - Tournoi international, cadets et juniors-séniors à Bondy.
- Dimanche 20 octobre**
Tournoi de Bondy. Benjamins, minimes et cadets.
- Du lundi 21 au vendredi 25 octobre**
Stage EGJ de la Toussaint. Au programme multiactivités, judo et équitation.
- Mardi 29 octobre**
Entraînement de masse avec Drancy à l'EGJ.

22 v'la les judokas

Vendredi 27 septembre. Comme tous les ans la ville honore les sportifs qui se sont illustrés lors de la saison précédente. Vingt-deux judokas de l'EGJ Gagny ont ainsi été récompensés par le maire de Gagny pour leur performance. Félicitations aux récipiendaires et à nos trois professeurs: Ruddy Vallet, Nathalie Cadiot et Abel L'Amrani Rodriguez pour ces excellents résultats.

