

# La News de l'EGJ

Le site: [egjudo.com](http://egjudo.com)



| N° 32



## L'hôpital bouge avec l'EGJ

**Judi 11 juin.** Dans le cadre du sport pour tous et en partenariat avec premiers de Cordée, notre professeur Ruddy Vallet, diplômé d'Etat, assisté de Julian Coubetergues, diplômé fédéral, ont dispensé un cours de sport pour les jeunes de l'unité pédopsychiatrique de l'hôpital de la Pitié Salpêtrière pour la plus grande joie des participants. L'EGJ Gagny poursuit son engagement pour le sport et le Handicap.



En partenariat avec premiers de cordée:  
Défi n°1 de Ruddy VALLET

## Les défis de Ruddy

Toujours dans le cadre du sport pour tous à l'hôpital et en raison des

mesures sanitaires encore délicates, notre professeur a réalisé deux vidéos-défis pour premiers de cordée. Dans ces deux vidéos, Ruddy Vallet défie les jeunes sur deux exercices de gainage. Une belle initiative. Une nouvelle fois l'EGJ s'implique auprès des jeunes en difficulté.



## A savoir

### Festival de l'EGJ aux Estivales

Les Estivales animent les quartiers de Gagny tout l'été. L'EGJ s'associe à l'opération et sera présente le samedi 11 juillet, de 10 heures à 17 heures au Stade de l'Est (quartier Jean-Bouin). Supervisé par Ruddy Vallet le club proposera aux Gagniens de découvrir et de goûter aux joies du judo. Une occasion de se retrouver et de se détendre en famille ou entre amis, après une longue période de confinement.

### Inscription au dispositif sport scolaire / sport en club

Expérimenté en 2019 dans trois départements et ayant rencontré un vif succès, le CNOSF a décidé d'étendre au plan national le dispositif, sport scolaire / sport en club. Ainsi, du 1er septembre au 17 octobre 2020, les élèves licenciés à USEP ou UGSEL en CM1/CM2, pourront être accueillis pour un cours d'essai gratuit. Ces élèves dotés d'une carte passerelle, seront à ce titre couverts par l'assurance individuelle accident prise en charge par le CNOSF. Ce dispositif fait partie des huit axes de la contribution du CNOSF au plan Héritage des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024.



## C'est la reprise pour les jeunes

Depuis le mercredi 10 juin. Le sport reprend ses droits, deux fois par semaine. Pas encore de judo, mais on progresse. Pas encore de randoris, les contacts seront pour plus tard. Mais le cardio et les passages de ceintures sont autorisés dans le plus strict respect des mesures sanitaires (gel hydro-alcoolique, prise de température et professeurs masqués). Avec leur professeur Ruddy Vallet assisté de Mahina Pontes, les cours ont pu se dérouler en douceur et en extérieur. Deux groupes de dix jeunes se sont retrouvés sur le stade Jean-Bouin, du plaisir, de la bonne humeur et du travail.



## Le cours adultes dans le dur

Mercredi 10 juin, encore. Même motif, même punition pour le cours adultes. Direction le bois de l'Etoile pour un footing et du renforcement musculaire post déconfinement avec nos professeurs Nathalie Cadiot et Abel L'Amrani. La reprise s'annonçait délicate pour certains, elle l'a été. Difficile de s'y remettre après plusieurs semaines

de canapé, pâtisserie et apéro-visio. « Je suis cuit, je n'ai plus de caisse, j'ai laissé un poumon dans la montée... » les avis étaient unanimes, le manque d'entraînement était patent, il est urgent de retrouver le chemin du dojo.





### Histoire d'une photo

Il y a des photos qui interpellent. Celle de Sasha lors du défi « Les judokas de l'EGJ en cuisine se mettent à table » en fait partie. Souvenez vous de ce cliché. Un tsunami semblait avoir traversé une cuisine avec deux jeunes judokas en folie. Classée deuxième, cette photo obtient le premier prix du coeur, tant le souci du détail a été travaillé. Rien n'a été négligé y compris les heures de nettoyage afin de remettre en ordre la cuisine. Retour sur le making-off, d'une image à savourer sans modération.



### Réunions « marathon »

**Samedi 20 juin.** Dans le cadre de son engagement envers le handicap, notre présidente Muriel Boussuges, a participé à l'assemblée générale du comité départemental du sport adapté de Seine-Saint-Denis. Au programme des réjouissances, la présentation et la validation des rapports moraux, l'élection des membres au comité directeur. Puis Muriel a enchaîné avec l'assemblée générale du comité du sport adapté Ile-de-France.



### Un repas et des mercis

**Dimanche 28 juin.** La fin de la saison est proche. L'occasion pour Muriel de remercier le comité directeur du club autour d'un repas avec un invité d'honneur Christophe Coubetergues, et son épouse Isabelle, créateur, entre autre de notre newsletter mensuelle. Merci à vous tous pour votre implication sans faille et à l'année prochaine.



## Un dernier pour la route

**Mercredi 1er juillet.** Dernier cours de l'année mais sans judo pour les jeunes des cours 6-9 et 10-13 ans avec remise de diplômes et goûter. Un ultime rassemblement pour se souhaiter de bonnes vacances et se donner rendez-vous dès le mois de septembre pour de nouvelles aventures.

## Ce n'est qu'un au revoir

**Mercredi 1er juillet.** Olivier tire sa révérence. Après huit ans passés au club, il raccroche les gants. Pour l'occasion tous les professeurs, les judokas de



l'EGJ sont venus participer à son dernier cours de jujitsu. Découverte pour certains, les participants ont pu s'essayer aux différents coups de pied et terminer la séance par un enchaînement de mouvements (kata). Un bon moment qui s'est achevé par un verre de l'amitié. Bon vent Olivier nous t'attendons prochainement aux entraînements.





## Bouquet final

**Jeudi 2 juillet.** Le cinéma a les Césars, le théâtre les Molières, l'EGJ a aussi sa cérémonie de fin de saison. Un peu plus light que les années précédentes en raison du Covid-19, elle a eu lieu au paintball de Bonneuil-sur-Marne (94). Après un affrontement sans merci qui laissera des traces pendant quelques jours. Avant le barbecue dirigé de main de maître par Christophe Gobert, plusieurs judokas ont été mis à l'honneur pour leur investissement. Bravo à tous et vivement la reprise en septembre que l'on remet ça !

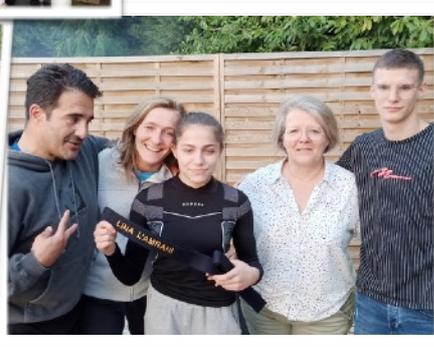
**Pour leur engagement toute la saison pour aider aux cours :** Bastien Gobert et Louka Tessier.

**Pour son engagement comme assistant :** Julian Coubetergues et Christophe Gobert.

**Pour son engagement :** Mahina Pontes.

**Pour sa ceinture noire :** Lina L'Amrani.

**Pour son parcours jusqu'au championnat de France juniors :** Noé L'Amrani.



**Bonnes vacances à tous. On se retrouve en septembre.**