

# HAJIME n° 18 renuméroté n° 20



## EDITORIAL :

Déjà la *fin du 1° trimestre* arrive et nous pouvons faire un premier bilan. Pour le nombre de licenciés, nous sommes sensiblement le même nombre de licenciés, avec beaucoup de jeunes.

Les *compétitions* ont démarré surtout pour les plus grands : Clément vient de conclure pour sa ceinture noire 1° Dan il a été entièrement formé au club. Amandine se positionne régulièrement sur des podiums. Pour les jeunes: coupe et médailles lors du Tournoi de Narbonne.

*Ju jitsu* : malheureusement cette section faute de participants n'a pu se mettre en place.

*Communication* : Un nouveau site internet.

## Résultats :

3 grands prix ont eu lieu : Béziers, Saint Laurent de la Salanque, Narbonne. Nos judokas ont participé plus que l'année passée. Amandine «truste» les 1° ou 2° places. Réussite également d'Amandine au kata (Nage no kata) indispensable pour prétendre à la ceinture noire. Réussite également pour Martine et Xavier pour leur titre de commissaires départementaux.

Félicitations à tous ceux qui participent aux compétitions et animations.

## Ceinture noire : Clément.

Clément après Romain vient d'accéder à la ceinture noire. En France actuellement il y a 38000 ceintures noires pour plus de 570000 licenciés. Dès la ceinture noire on est 1° dan, puis la progression s'effectue jusqu'au 6° dan : ceinture rouge et blanche. Jusqu'à la ceinture marron, les ceintures sont délivrées au club par l'enseignant. Pour l'obtention de la ceinture noire il faut d'abord satisfaire à une épreuve technique devant un jury : c'est l'épreuve des katas. Ensuite il faut lors de compétitions officielles ou lors des sho dans (= passage de grade) cumuler des points pour arriver à 100 points. Face à un adversaire le judoka peut marquer 10 points si la victoire est par Ippon c'est-à-dire une victoire nette. La ceinture noire représente certaines valeurs : le shin : valeur intellectuelle, le tai représente la valeur physique, le gi : La valeur technique.

## Communication:

1-Hajime est le journal du club, nous essayons de le faire paraître de façon trimestrielle. Les thèmes sont discutés au préalable en comité directeur. Il est ensuite distribué à tous les judokas.

2- Internet : Il y a 3 ans un blog avait été mis en place ; l'année dernière c'était un site internet sur Google site, mais l'accès était peu évident. De ce fait un nouveau site internet a été mis en place, nous sommes hébergés gratuitement par Sports Régions :

l'adresse est la suivante :

<http://club.sportsregions.fr/judo-pln/> Vous avez la possibilité de faire des commentaires et ce pour améliorer la présentation ou le contenu du site dans la mesure où cela demeure possible. Sur ce site vous trouverez toutes les informations du club, les liens indispensables notamment pour accéder aux sites officiels. Dans la mesure du possible nous essaierons de faire un tirage papiers qui demeurera au club.

3- L'affichage au club demeure également.

4- Avant chaque manifestation nous continuons à informer nos judokas par une distribution de feuillets.

## Assemblée Générale :

Elle doit avoir lieu fin janvier ou début février. Les parents y sont cordialement invités. Le bilan des activités et le bilan financier seront exposés.

## Passeport:

Il existe un passeport jeune et un passeport adulte. C'est un document obligatoire pour tous ceux qui veulent faire des compétitions officielles. Pour les autres et notamment pour ceux qui ont plus d'un an de judo (et notamment à partir de poussin), cela permet d'authentifier un grade. Sur ce passeport on y colle la vignette de la licence en cours et on fait valider le certificat médical obligatoire avec la mention « apte à la compétition » si le judoka désire pratiquer de la compétition.

Le passeport est acheté à la fédération au prix de 8 €.

## Equipe de France :

C'est le mercredi 20 janvier 2010 à Narbonne au palais des expositions : plus de 1000 judokas sont attendus. Des membres de l'équipe de France se déplacent spécialement pour cette énorme manifestation. Tout le monde y est invité mais seul les judokas à partir de la catégorie mini poussin (à partir de 2003) pourront monter sur les tatamis. Une grande manifestation à ne pas manquer et peu fréquente dans la vie d'un judoka. Evidemment votre club sera là. La manifestation débutera à 14h00 puis vers 16h00 : goûter géant, suivis de séances d'autographes par nos champions.

## DATES À RETENIR

📅 19 décembre 2009 : **F**ETE DE NOËL à partir de 10h00 au dojo. Remise de la ceinture noire à CLEMENT. Dernier cours du trimestre.

📅 5 janvier 2010 : **R**eprise le mardi

📅 10 janvier 2010: **C**hallenge de Limoux à partir de mini poussins.

📅 09 et 10 janvier 2010 **F**ormation aux 1<sup>o</sup> secours : une formation sera dispensée par le club avec un prestataire habilité permettant d'accéder au diplôme de 1<sup>o</sup> secours. Apprentissage de la RCP : réanimation cardio pulmonaire et usage du DA : défibrillateur automatique : Tout parent de licencié peuvent s'inscrire, ainsi que les licenciés à partir de 10 ans si accompagné d'un parent, à partir de 12 ans si seul.

📅 20 janvier 2010 : **E**quipe de France à Narbonne.

📅 24 janvier 2010 : **C**ompétitions de grades pour l'accès à la ceinture noire et aux dans à

# Bonnes fêtes de fin d'année

