

HAIJIME n° 16

EDITORIAL :

Déjà le milieu du 1^o trimestre ; c'est donc l'heure de nous compter. Nous sommes sensiblement le même nombre de licenciés, avec par contre plus de jeunes, un peu moins d'adultes et surtout moins de benjamins, minimes et cadet. Il faut donc faire un effort sur les jeunes actuels en espérant qu'ils « montent ». Une section de vrai self défense est en préparation.

Les compétitions vont débiter, le week end prochain c'est le tournoi de Narbonne.

Enseignements :

Celui-ci est actuellement dispensé par Stéphan Dumon le mardi : il est breveté d'état, enseignant également à Narbonne et à une grande connaissance du ju jitsu et self défense

Self Défense :

L'idée est de mettre en place une vrai section de self défense, s'adressant à tous et sans risques physiques. Les chutes qui sont redoutées par certains seront enlevées, cela permettra une pratique immédiate. On se rapprochera de situations réelles et la pratique se fera SANS kimono. L'autre idée est de permettre à des parents de nous rejoindre pour cette pratique avec une tarification intéressante.

Ce Samedi 10 mai, l'entraînement se déroulera comme d'habitude.

ENTRAINEMENT COMMUN

A LA PALME, 48 AV DE LA MER, 1^o ETAGE

AVEC : SIGEAN , PORT LA NOUVELLE, LA PALME

LE MARDI 13 MAI

Peuvent participer à cette manifestation toutes les catégories d'âges.

Baby, mini poussin, poussin : nés de 2003 à 1998 : **18h30 à 19h30.**

Benjamin, minimes, cadets, seniors: tous les autres : **19h30 à 20h30.**

On peut évidemment envisager du co-voiturage.

Pas d'entraînement à Port La Nouvelle ce jour là.

Bravo à nos judokas : sur 3 saisons nous avons présenté 8 candidats pour les katas : 100% de réussite et ce dès la 1^o épreuve. C'est remarquable pour un petit club. Pour accéder à la ceinture noire, il faut réussir une prestation technique que l'on appelle un kata : en l'occurrence il s'agit des 3 premières séries du Nage No Kata. La saison dernière : Clément, Romain, Thomas passait ce premier cap. Cette année nous avons Xavier Dhoms, Camille Robert, Julien Sala, Anne Claire Vérière. Cette dernière semaine a été décisive de par le travail effectué et nous remercions Christian Aveilla qui nous a ouvert les portes du dojo de Sigean. Méryl et Guy ont apporté la touche finale.

Après la prestation technique, pour être ceinture noire il faut totaliser un certains nombre de points en une fois ou plusieurs fois : Julien marque 27 points, Romain : 10 points, Méryl: 10 points et bonne participation d'Anne Claire.

Election au comité directeur de l'Aude : Guy Dhoms a été élu comme secrétaire général ; Robert Arno est le président de ce comité.

Enfin Marlène qui effectue quelques cours dans notre club est championne du Languedoc Roussillon en senior, elle garde son titre.

Comme compétition il ne reste que les 3^o division le dimanche 11 mai, inscription de 8h à 9h pour les seniors masculins.

Ceintures : passage à partir de la mi mai.

Rappel : Pour le groupe des « moyens » l'entraînement a toujours lieu le samedi matin de 9h30 à 11h00.