



LE JUDO-AIKIBUDO-BRANTOMAIS RACONTE SA LIFE 4

mars 2011

*Bonjour, c'est Monsieur édito,
Voici les dernières informations et résultats du Judo Aïkibudo Brantômois.
Tout ce qu'il faut savoir sur votre Club...et sur sa Présidente...*

Côté Judo...

...Les résultats

Pour démarrer petit rappel avec la qualification de Pauline pour les **Championnats de France Entreprise** en juin 2011..... du temps pour se préparer.

Janvier :

- Dimanche 9, participation de Loïc au **championnat de France cadets par équipes**, 1^{ère} participation, des débuts un peu timides mais l'expérience est là !
- Samedi 22, **Tournoi Aquitain Sénior** à Coulounieix-Chamiers : finaliste Pauline, encorrerrrr ! 1^{ère} Marion, toujours là...
- Dimanche 30, **Championnat Départemental 1^{ère} division** : 1^{er} moi-même ; 2^{ème} Pauline, déjà vu ce prénom ! ; 3^{ème} Super Marion... once again !

Février :

- Dimanche 13, **1/2 finale sélection championnat de France cadets** à Limoges : qualification avec la manière de Loïc pour les championnats de France cadets qui se dérouleront le 2 avril 2011 à Paris : une finale très disputée et une belle 2^{ème} place.
- Dimanche 20, participation de nos adultes débutants et autres au **challenge 300kg de Trélissac par équipes** ; équipe composée de Luc, Jordi, Reynald, Manu et une fille... je vous laisse deviner qui ?... Pauline bien sûr : belle deuxième place.
- **PETIT STAGE DE FEVRIER** organisé avec la participation du club de notre Dame.de Sanilhac au programme judo, rigolade, sport ,rigolade, judo, rigolade, acro-gym, rigolade, jeux divers, rigolade, quizz judo et.....en somme un stage très ri..... grâce à Nolan, Léa, Erwan, Mathilde, Agathe, Joël, Léo, Franck, Lisa,...



Mars :

- Dimanche 6, **Championnat Régional Sénior 1^{ère} division** : Marion 3^{ème} donc se qualifie pour les 1/2 finales Championnat de France le 8 mai dans le Puy de Dôme.
- Mercredi 23, Marion again qualifiée pour les **Championnats de France Universitaire**.
- Samedi 26, **Tournoi Open à Anglet** : Pauline et Christian se classent 3^{èmes}, Marion s'incline malgré de beaux combats.
- Dimanche 27, à Coulounieix Chamiers, **Tournoi Départemental Benjamins** : Franck se classe 2^{ème}, Justine 3^{ème} de sa poule. **Animation Petits Tigres** : Léa fait 1^{ère}.
- LES TOUTS PETITS : nos tous petits aussi on été très actifs, **participation à plusieurs manifestations**, sillonnant la Dordogne : tournois de Sarlat, Montignac, Mareuil, Trélissac, Périgueux, Thiviers, Javerlhac, Ribérac, Nontron...des vrais VRP du judo nos petits brantomais ; participation de Justine, Franck, Lisa, Yémi, Aurélie, Joël, Mathilde, Agathe, Léo, Anthony, Mathis et Mathis, Axel, Erwan, Nathan, Nolan, Léo, Léa....j'espère n'avoir oublié personne sinon venez tirer les cloches à Julie...

...Infos Blabla

Reprise de l'entraînement pour Julie après un long repos forcé et un peu prolongé.....

Editoman !



Guylaine Maguer : Après nos deux profs c'est notre Présidente qui nous livre tout...

Aurore LE PELTIER : Je viens de fêter mes 38 ans, et oui on ne dirait pas !!!!!
Epouse et maman de supers Judokas !!!!!

Guylaine : Quelles sont tes origines ? Ta situation familiale ?...

Aurore : Je suis assistante maternelle et assistante de bureau pour une société spécialisée dans la sellerie sur mesure en équitation.

Je suis née à Périgueux, mais j'ai grandi en Région Parisienne, d'abord dans le Val de Marne puis en Seine et Marne.

Nous sommes en Dordogne depuis 1993.

Guylaine : Que représente le judo pour toi ?

Aurore : Le judo est présent dans ma vie depuis une quinzaine d'années d'abord avec un mari judoka compétiteur, ensuite avec les enfants : Loïc puis Justine.

Pour moi c'est un sport complet qui allie force et esprit.

Le judo demande une certaine maîtrise de soi, il apprend le respect de l'autre ; des valeurs qui disparaissent de plus en plus...

Guylaine : Qu'est-ce qui t'a motivé pour candidater au poste de Présidente du club?

Aurore : En ce qui concerne le poste de présidente cela a débuté comme une blague, qui a pris une ampleur impressionnante, tout ça par la force de persuasion de notre prof de judo adoré !!!!!

Mais je ne regrette rien, il y a une super ambiance au sein du club (Ndlr : tu m'étonnes !!!), nous avons la chance d'avoir de bons profs que ce soit en Judo ou en Aïkibudo et nous sommes tous satisfaits du bilan de cette première saison.

Nous avons augmenté notre taux de licenciés autant en Judo qu'en Aïkibudo.

Jusqu'à présent cette discipline n'était pas valorisée à sa juste valeur. C'est en travaillant ensemble que nous avons pu accroître le nombre de licenciés.

Notre but premier est d'essayer de poursuivre sur cette lancée...

Guylaine : Quelles sont tes ambitions pour ce club?

Aurore : Nous avons et avons plusieurs projets pour le club.

Certains se sont déjà concrétisés comme la création de notre logo (écusson en vente à 3€), ainsi que les survêtements floqués au nom du club.

Guylaine : Le club va-t-il organiser un gala ou une sortie cette année ? Depuis plus d'un an que tu es Présidente comment te représentes-tu le club ? Tes objectifs sont-ils atteints ? As-tu d'autres idées en tête?

Aurore : Nous avons l'organisation de notre gala à promouvoir qui se déroulera le 29 Mai 2011.

Pour cela, nous aurons besoin de la mobilisation des parents, mais je ne suis pas inquiète nous avons des parents sur qui nous pouvons compter.

Il y aura aussi une sortie ou pique nique de fin d'année, mais rien n'est défini pour le moment.

Guylaine : Des projets pour la saison à venir?

Aurore : Nous aimerions organiser un voyage à Paris lors du Tournoi de Bercy qui se déroule généralement en février.

Mais tout cela dépendra de notre capacité à trouver un sponsor...

Guylaine : Merci Aurore pour ces petites réponses !!!



...La self défense au féminin

L'Aïkibudo, par ses origines (école Yoseikan), est à lui seul un art de self défense.

Aujourd'hui, on trouve beaucoup de sports dans la pratique des arts martiaux mais peu de pratiques orientées vers la self défense.

Néanmoins, plusieurs facteurs psychologiques entrent en jeu lors d'une agression physique : la surprise, la peur et la panique.

L'environnement est différent d'une salle de sports :

Endroits confinés (hall, couloirs, ruelles,...)

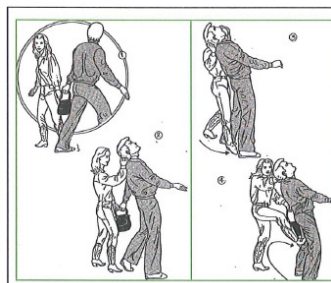
Terrains irréguliers (bordures de trottoirs, trous, sols glissants...)

Demi obscurité (ruelles mal éclairées, bars,...)

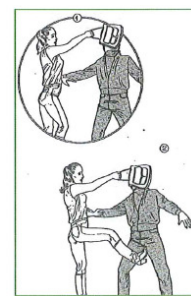
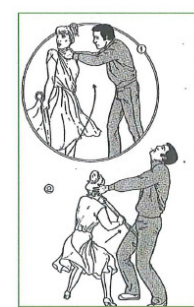
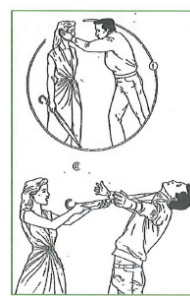
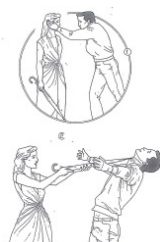
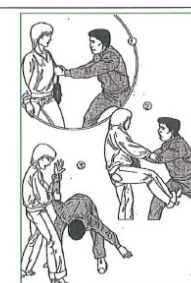
Tenue vestimentaire non adaptée.

Il est logique qu'en ayant des notions de défense, toute personne sera plus en mesure de réagir dans le cadre d'une agression que si elle ne pratique aucun art martial.

La self défense a pour objectif d'apprendre quelques techniques simples et efficaces pour préparer à une situation de danger.



Possibilités de défense sur tentative de vol de sac



La self défense, c'est aussi utiliser les objets de la vie quotidienne et de s'en servir en vue de neutraliser ou de faire fuir son agresseur.

A noter...

N'oubliez pas le vote du **concours de dessin** organisé mercredi 6 avril 2011 après le cours (regroupement de 17h 30 à 18h30).

Les **manifestations de votre club à venir** (sous réserve de modifications...) :

Stage de judo les 11 et 12 avril 2011 au dojo Brantôme.

Gala de Brantôme le dimanche 29 mai 2011

Remise des ceintures le mercredi 22 juin 2011

Journée Pique Nique le dimanche 26 juin 2011

N'hésitez pas à **inviter vos amis** à participer à un cours **judo** et/ou **aïkibudo**, nous vous rappelons que nous avons la possibilité de faire **essayer ces activités gratuitement** grâce aux Pass'sport de la Direction Départementale de la Jeunesse et des Sports. Nous comptons sur vous pour faire connaître le judo et/ou l'aïkibudo autour de vous, nous accueillerons volontiers les curieux et passionnés...