

Une bonne participation de nos judokas aux tournois interclubs de Molières et Saint Sardos ainsi qu'aux compétitions officielles, de nombreuses médailles glanées, trois sélections pour les phases régionales et la saison n'est pas terminée ! Prochain grand rendez-vous : le stage club, avec une nouveauté, surprise... on vous y attend nombreux !

## Le séjour au ski



Cette saison marque le grand retour du séjour au ski. Une dizaine d'enfants ont ainsi pu profiter de l'air pur de la montagne du 20 au 24 février. Une première pour certains qui ont ainsi pu s'initier aux sports d'hiver. Heureusement, ils ont tous appris à chuter sur les tatamis ! Nos judoka skieurs ont été accueillis au chalet altitude 2000 à Porté-Puymorens, dans une ambiance familiale et chaleureuse. Ski, randonnée et bien entendu la traditionnelle boum le jeudi soir ont rythmé la semaine des jeunes et ...moins jeunes. Chacun s'est dit ravi du séjour, rendez-vous est pris pour l'an prochain !

## Le stage club

Comme en octobre, le club propose un stage multisports du lundi 24 au mercredi 26 avril avec 2 séances de judo chaque jour et diverses activités telles que gym, rugby, teck, et nouveauté sur ce stage, si la météo le permet, une randonnée sera organisée. Venez vite vous inscrire sur les cours auprès de vos professeurs !

## Loto du Club du 17 mars

Merci à tous les parents pour votre mobilisation sur cette manifestation, pour l'aide à l'installation, la confection de crêpes et gâteaux. Le succès fût au rendez-vous

## REMERCIEMENTS

Les membres du bureau et les professeurs tiennent à remercier les parents qui nous ont aidé pour l'installation et le rangement des tatamis les lundis et jeudis soir à Meauzac.

## Dates à retenir (avril/mai/juin)



- 15/04 : Stage Self défense à Montauban
- 16/04 : Tournoi interclubs Mini-poussins, Poussins et Benjamins de Montech (82).
- 16/04 : Tournoi régional Benjamins à Réalmont (81)
- 22/04 : Championnat régional Juniors/Séniors 1D/2D et 3D à Toulouse.
- 23/04 : Critérium régional Benjamins à Toulouse.
- **24/25/26/04 : Stage du Club de Lafrançaise.**
- 17/05 : Entraînement de masse benjamins + Minimes à Montauban de 18h à 19h30.
- 17/05 : Entraînement de masse Cadets + juniors + séniors à Montauban de 19h30 à 21h.
- 21/05 : Tournoi interclubs Mini-poussins, Poussins et Benjamins à Valence d'Agen (82).
- **3/06 : Animation éveil judo du club à Meauzac**
- 3/06 : Passage de grade UV1+UV2 à Cahors
- 4/06 : Test efficacité combats à Toulouse.
- **Du 5 au 10 juin : Passage de grades club de Mini-poussins à adultes sur les cours concernés.**
- 10/06 : Championnat de France Juniors/Séniors 2D à Villebon/Yvette
- 11/06 : Championnat de France 3 D à Villebon /Yvette
- 11/06 : Finale départementale Mini-poussins à benjamins à Bressols.
- 11/06 : Animation éveil judo à Bressols
- 11/06 : Stage d'arbitrage à Bressols.
- **24/06 Fête du club à Meauzac**

**Point licences :** nous sommes actuellement 148 licencié(e)s

## Le Petit Dico du judoka

**Judo :** Voie de la souplesse

**Rei :** Salut

**Uke :** celui qui subit

**Tori :** Celui qui projette, qui agit

**Judogi :** Tenue du judoka

**Ukemi :** chute

**Ippon :** victoire, met fin au combat

**Kuzure gesa gatame :** variante contrôle costal (voiture)

**Kami shiho gatame :** contrôle 4 points arrière (casque)

**Tate shiho gatame :** contrôle 4 points dessus (cheval)

**Yoko shiho gatame :** contrôle 4 points latéral (crabe)

# Résultats février/mars

## ❖ Mini-poussins

### Tournoi Molières le 5/02

**1ers** : Isra El Ouali, Soline Nougayrede, Nathanaël Storage

**2 èmes** : Maïana Baby, Elisa Bénac, Alice Bénac Blonde, Léa Déprez, Maxence Maurice.

**3 èmes** : Léa Dubout, Thomas Capot, Thiago Gomez.

**4 èmes** : Nathan Capot, Louka Torres, Aaron Taquet, Youri Férrié, Kylian Hénon.

### Tournoi de Saint Sardos le 12/03

**1eres** : Elisa Bénac et Maïana Baby

**2 ème** : Elena Landou Simplicien

**3 èmes** : Nathan Capot, Thiago Gomes et Nathanaël Storage

**4 èmes** : Isra El Ouali et Thomas Capot



## ❖ Poussins

### Tournoi de Molières le 5/02

**1ers** : Ambre Dubout et Medhi El Ouali

**2 èmes** : Elyass Perrault et Nolan Drieux

**3 èmes** : Elsa Franchetti, Mayli Brun-Cosme, Swann Férrié, Lola Moyeux, Alessandro Boscari-Moles

**4 èmes** : Rose Détroit, Adriana Santos Duarte, Kayhlia Daeldyck, Kenzo Rahmouni

### Tournoi de Saint Sardos le 12/03

**1er** : Medhi El Ouali

**2 ème** : Alessandro Boscari Moles

**3ème** : Rose Détroit

**4 èmes** : Gabin Baraille et Elyass Perault.



## ❖ Benjamins

### Tournoi de Molières le 5/02

Thibaud Hoëppe monte sur la 1<sup>ère</sup> marche du podium, Pauline Roy Arnal et Mathéo Djire sur la 2<sup>ème</sup>, Alexandre Storage termine 3<sup>ème</sup> et Maëlys Bénac 4<sup>ème</sup>.

### Tournoi de Saint Sardos le 12/03



Maëlys Bénac est 1<sup>ère</sup>, Mathéo Djire 3<sup>ème</sup>, Pauline Roy Arnal et Thomas Robinot sont 5<sup>èmes</sup>.



## Critérium à Montauban le 18/03

Thibaud Hoëppe (-38kg) gagne le critérium, Maëlys Bénac (-32kg) est 2<sup>ème</sup>, Pauline Roy Arnal (-52kg) termine 4<sup>ème</sup> et Mathéo Djire (-46kg) 5<sup>ème</sup>. Alexandre Storage (-34kg) ne se classe malheureusement pas. Thibaud et Maëlys se sélectionnent pour le critérium à Cahors le 1<sup>er</sup> avril.



## ❖ Critérium zone nord à Cahors le 1/04

Maëlys Bénac (-32kg) et Thibaud Hoëppe (-38kg) s'étaient sélectionnés pour cette compétition qui regroupait les meilleurs benjamins des départements 12, 46, 81 et 82. Maëlys et Thibaud se classent 3<sup>èmes</sup> tous les deux et sont sélectionnés pour la finale régionale le 23 avril à Toulouse

## ❖ Juniors/Séniors

### Championnat zone nord à Cahors le 1/04

Josué Hoëppe (-90kg) combattait en 3<sup>ème</sup> division. Josué gagne ses 3 combats et se classe 1<sup>er</sup>. Il se qualifie ainsi pour la phase régionale qui se déroulera à Toulouse le 22 avril. Félicitations !

## ❖ Shodan le 26 mars à Toulouse

Clément Boulinguez marque ses derniers points pour le 2<sup>ème</sup> Dan, il lui reste l'UV1 et l'UV2 pour terminer son grade.

## ❖ Le passage de grades (ceintures)

Le passage de ceinture se déroulera sur la semaine du 5 au 10 juin sur les heures de cours. Ces tests concernent tous les enfants des cours E1 (mini-poussins) jusqu'aux adultes. Les professeurs évalueront des groupes de 2 judokas, pendant que les autres enfants réviseront en autonomie. Pendant cette période, nous demandons donc aux parents de ne pas amener leur enfant au cours suivant si le passage a été effectué. Les résultats seront donnés à la fête du club le samedi 24 juin.

**Rejoignez le groupe TRT JUDO :**

[www.facebook.com/groups/trtjudo82](https://www.facebook.com/groups/trtjudo82)

Pour tout renseignement sur le club :  
Laurent Marc au 06 76 01 42 52  
Pauline Boulinguez au 06 84 09 91 80  
ou [trtjudo82@gmail.com](mailto:trtjudo82@gmail.com)

Toutes les infos, les résultats complets et les photos sur le site internet du club :  
<http://www.trtjudo82.ffjudo.com>

