

# Judo Club Satigny

Newsletter - avril 2020



#5 – 31 mars 2020

## Edito :

Bonjour à tous,

Période difficile suite à la pandémie. Toutes les manifestations ont été annulées jusqu'à fin avril, ainsi que nos activités (en tout cas tant que l'école est fermée). Il faudra continuer à se serrer les coudes et de bien respecter les directives afin que les activités puissent reprendre au plus vite.

Lors de cette période difficile, n'oublions pas le code moral adopté par nos pratiquants et une de nos maximes : « Entraide et prospérité mutuelle ».



自他共栄

Même si on est en train de se prendre un joli *ippon*, nous savons qu'après ça, nous nous relèverons, nos activités reprendront de plus belle et nous serons plus motivés que jamais.

Rester confiner peut demander des efforts et c'est pourquoi nous vous avons envoyé deux petits challenges :

- **Le concours de dessin**
- **Le programme de Taiso**

Le concours s'adresse à tous nos judokas, quelque soit leur âge ou leur niveau artistique 😊

Le programme de Taiso est normalement pour ceux dès 12 ans. Mais peut aussi être pratiqué par les parents ! Il est très important de continuer à faire des exercices, même en restant à la maison.

D'ici les prochaines infos, portez-vous bien !

## Événements passés :

### Cours de Kata FSJ :

Les jeudis 20 février et 5 mars, des cours officiels de Kata, homologué FSJ, ont été organisés par l'association cantonale. Nikiya a participé à deux d'entre eux en vue de son **1<sup>er</sup> Dan (ceinture noire)**. Ces cours homologués sont obligatoires et sont un des nombreux points requis avant de pouvoir s'inscrire à un examen. L'examen pour le 1<sup>er</sup> Dan se déroule devant plusieurs experts haut gradés. Seule la Fédération Suisse de Judo est habilitée à remettre une ceinture noire.

Mélisande et Luca ont également participé à ces deux cours de Kata pour se préparer aux **championnats suisses de Kata**. L'annulation de ces championnats (15 mars dernier) était un coup dur pour eux, d'autant plus qu'ils ont eu les félicitations des experts. Leo et Olivier étaient également inscrits au championnat et étaient très avancés. Ils pouvaient espérer un bon résultat eux aussi.

Ce n'est que partie remise !



## Résultats du mois de mars 2020

### Dimanche 1<sup>er</sup> mars : Tournoi régional de Gommiswald

Deux élèves de Satigny se sont rendus en terre Saint-galloise pour un tournoi régional. Deux médailles ont été ramenées, une or et une argent. Ils ont été très combattifs sur tous leurs combats, bravo à eux !

1<sup>er</sup> : Dylan Pinto U11

2<sup>ème</sup> : David Pinto U15



## Repas de soutien

Le comité souhaiterait faire un repas de soutien. Au départ prévu pour le mois de juin, il faudra certainement attendre la prochaine saison en vue de l'actualité.

## Concours de dessin 2020 – jusqu'au 19 avril

Le concours s'adresse aussi bien aux plus petits, qu'aux plus grands. Les dix meilleurs dessins seront récompensés (les récompenses n'ont pas encore été décidée, mais pour la 1<sup>ère</sup> place il y aura une coupe). Ces dessins seront choisis par le comité et ont pour thème le judo.

Lien : [détails du concours](#)



## Les élèves ont la parole :

Chaque mois une petite interview avec un/une élève du club. Pour ce mois-ci, c'est **Arkadi Romanski**, 9 ans, qui a été d'accord de répondre aux questions. Élève du club depuis bien longtemps, Arkadi est un tacticien plutôt avancé pour son âge. Toujours dans des catégories très relevée, il a pu régulièrement finir sur des podiums régionaux et nationaux grâce à des combats très réfléchis, avec une garde prudente et forte.

Il a aussi un bon sens de l'honneur, j'ai pour exemple le jour des championnats genevois par équipes 2017, où il était sélectionné mais malheureusement souffrant. Il ne pouvait combattre, mais il s'était déplacé pour encourager ses copains, malgré une forte fièvre. Ce jour-là, l'équipe avait terminée sur la première marche et avait remporté le titre !

**Salut Arkadi, merci de partager ce moment avec nous.**

**À quel âge as-tu commencé le judo ?**

- J'ai commencé le judo à Satigny quand j'avais 4 ans.

**Quel est ton plus beau souvenir au judo ?**

- Au dernier tournoi individuel à Satigny (ndlr : à Noël), quand nous avons tous fini premier avec Dylan, Rafael et moi, tous les trois dans le même pool !

**As-tu une technique préférée ?**

- Ma technique préférée c'est De-Ashi-Barai. J'aime surtout faire des contres.

**As-tu un rêve ?**

- Mon rêve est de finir premier au championnat suisse

**As-tu une idole ?**

- Je n'ai pas d'idole en particulier, mais j'aime tous ceux qui n'abandonnent jamais.

**Un message à transmettre à tes copains du dojo ? Ou une requête pour les plus grands ?**

- À mes copains : ne lâchez rien !  
Aux grands : montrez l'exemple !

**Merci à toi :)**



## Agenda Avril-Mai 2020

Date	Tournoi / Cours	Lieu	Type	Catégories	Flyer
2 mai	3 <sup>e</sup> entraînement du CCG	Thônex	Entraînement cantonal	U13-U15	Cadre cantonal
9 mai	Tournoi de Satigny	Satigny (Mairie)	Tournoi écoliers FSJ	U9-U11-U13-U15	<a href="#">Affiche Programme</a>
10 mai	Tournoi d'Oensingen	Oensingen	Par équipes National	U15	Sélection cadre
17 mai	Tournoi amical de Renens	Renens	Tournoi régional	U9-U11-U13	Pré-inscription
30 mai	Ranking 500 Sierre	Sierre	Ranking 500	U18-U21-ME/FE-MM U9-U11-U3-U15	

### Quelques mots sur l'agenda :

En vue des événements en cours, l'agenda est mis à jour régulièrement sur notre site internet. Les événements ci-dessus sont officiellement maintenus, mais peuvent être annulés à tout moment.

Tous les événements jusqu'au 30 avril ont été annulés.