

# Judo Club Satigny

Newsletter - octobre 2020



#10 – 01 octobre 2020

## Edito :

Bonjour à tous,

Petite newsletter de ce premier mois de la saison.

Je vous souhaite une excellente rentrée et bonne lecture

Alexandre

## La rentrée

Bonne reprise au club, cela fait vraiment plaisir. Tous les élèves donnent le meilleur d'eux-mêmes, on est vraiment très fier d'eux.

Lundi 16h30



Mercredi 17h30



Mercredi 19h00



Jeudi 17h30



## Les différents types de cours :

Il y a différents types de cours : pré-judo, débutants, avancés, tous niveaux et kata. Les élèves sont bien répartis, ce qui facilite l'apprentissage.

Le cours ado-adulte du mercredi 19h30 est un cours tous niveaux. Donc même les adultes débutants peuvent y participer.

Les cours tous niveaux sont bien occupés et il y a autant de débutants que d'avancés. Les débutants qui y participent ont déjà acquis des bases solides.



Le cours de Kata, vendredi à 17h30, est un cours complémentaire pour l'apprentissage des Katas. C'est un tout autre type d'entraînement et sans combat.

Les katas sont des anciennes formes qui servent à démontrer les principes du judo.



---

## Stage d'automne

Un camp est prévu au dojo de Satigny du lundi 19 au vendredi 23 octobre 2020

Des feuilles sont disponibles au dojo.

---

## Championnats Genevois 2020

Les championnats se dérouleront le samedi 31 octobre dans cinq dojos du canton.

- Dojo Satigny : écoliers B (2009-2008) et Espoirs dames (2005-2003)
- Dojo Meyrin : écoliers A (2007-2006) et Elites dames (1999 et plus âgées)
- Dojo Kwai Lancy : Espoirs hommes (2005-2003) et Juniors D (2002-2000)
- Dojo Lancy-Palettes : Masters (1990 et + âgés) et écolières (2006-2009)
- Dojo Carouge : Juniors H (2002-2000) et Elites H (1999 et plus âgés)



## Les tournois organisés à Satigny

Trois tournois sont prévus dans la commune :

### 12 décembre : Tournoi éducatif au dojo

Tournoi destiné aux plus petits (-10 ans) et pour s'initier à la compétition. Les plus grands arbitrent les combats, tous les enfants sont médaillés. Seuls les clubs de Satigny et Dardagny sont invités. Formule du tournoi : individuelle.

### 6 février : 6<sup>e</sup> Tournoi amical par équipes

Le tournoi se déroulera à la salle de gym de l'école Mairie. La formule du tournoi est par équipes et tous les clubs du canton sont invités à participer. Il s'agira d'équipes de 7 combattants sélectionnés. Contrairement aux années précédentes, il y aura le matin une catégorie d'équipes pour les écoliers D (2013-2014) et l'après-midi uniquement pour les écoliers C (2011-2012). Des coupes sont distribuées aux clubs participants.

### 8-9 mai : 4<sup>e</sup> tournoi Individuel de Satigny

Le tournoi de Satigny est notre événement le plus important. Il s'agit d'un tournoi officiel le samedi pour les écoliers A et B (2007 à 2010) et d'un tournoi éducatif le dimanche pour les plus petits.



## Les maximes du Judo

Vous vous demandez peut-être ce que signifient les deux calligraphies affichées sur le mur du fond au dojo.

Dans chaque école d'art-martiaux se trouvent des maximes (des principes) de l'art enseigné. Il en est de même pour le judo dont le nom de l'école est le "Kodokan".

À droite : "Seiryoku-zenyo" (minimum d'énergie pour un maximum d'efficacité)

À gauche : "Jita Kyoei" (entraide et prospérité mutuelle).

