

LETTRE D'INFORMATION DU KCC



Dans ce numéro

Le judo, une formation physique et morale	1
Journée sportive pour l'école de judo	2
Léa Lajeunesse à la coupe Ile de France d'arbitrage 2013	2
Stage Ne Waza Judo Jujitsu 'Brésilien'	3
Champions sportifs de la ville de Courbevoie	4
Critérium 92 individuel Minimes et Cadets	4
Tournoi de Leers (label B Seniors)	5
Stage de perfectionnement école de judo	5
Les échos du club	5
A noter sur vos agendas	6



Le judo, une formation physique et morale

Quatrième fédération sportive nationale, le judo figure parmi les activités préférées des français. Avec plus de 1450 licenciés, le Kodokan Club Courbevoie est le premier club de France. Depuis la saison dernière, le Kodokan Club Courbevoie est reconnu club formateur de la région d'Ile de France.

Art martial japonais codifié par Jigoro Kano en 1882, le judo ou «Voie de la souplesse» associe qualités physiques et savoir-faire techniques à un socle de valeurs. Conçu comme vecteur «d'éducation de toute la nation», il est associé à un code moral auquel le pratiquant est tenu de se conformer en toutes circonstances. Respect de soi même et des autres, loyauté, courage, maîtrise de soi ou solidarité contribuent non seulement à la bonne ambiance dans un dojo mais aussi à l'édification du judoka. Il est ainsi armé d'un savoir être sur lequel il pourra s'appuyer à toutes les étapes de sa vie.

Option'cours : partenaire du Kodokan Club Courbevoie

Option'Cours est une agence de soutien scolaire à taille humaine, privilégiant l'écoute et le conseil. Une équipe pédagogique impliquée auprès de chaque élève, s'attache à favoriser sa progression et sa réussite scolaire. Option'Cours intervient dans toutes les matières, du primaire à Bac+2.

Plus d'informations sur le site : <http://www.option-cours.fr>

Les frais d'inscription de 65€ sont offerts aux licenciés du club (sur présentation de la licence).

Option'Cours : 1 rue Lambrechts - 92400 Courbevoie- Tél : 01 47 89 86 04 - email : lalbouy@option-cours.fr



NOS PARTENAIRES PUBLICS



Journée sportive pour l'école de judo

56 poussins, benjamins et minimes de l'école de judo se sont retrouvés le dimanche 22 septembre pour une journée sportive au Block out de Saint-Ouen, la plus grande salle de blocs d'escalade d'Europe. L'occasion pour nos jeunes et leurs professeurs de faire connaissance dans un cadre externe.

Toutes les photos sont disponibles sur notre site web : <http://www.kodokan-club-courbevoie-judo.fr/photos-1/>



Léa Lajeunesse, récompensée pour la coupe Ile de France d'arbitrage 2013



LIGUE JUDO 92
des HAUTS-DE-SEINE



Remise d'un trophée à Melle Léa LAJEUNESSE du Kodokan Club Courbevoie par Mr Henri LINOUSIN, Arbitre National et Vice Président de la Ligue des Hauts de Seine en présence et de Mr Christian PEDEN, 6^{ème} Dan de Judo son professeur, pour son excellent résultat obtenu lors de la coupe Ile De France d'arbitrage (vainqueur de la coupe 2013).



Extrait de l'article publié
par la ligue de judo 92

Stage Ne Waza judo jujitsu dit «brésilien»

Un véritable succès...

Le dimanche 6 octobre 2013, la Ligue des Hauts de Seine de Judo, en partenariat avec le KCC, a organisé le 1^{er} stage de NE WAZA « BRESILIEN » de la saison sportive 2013/2014 à Courbevoie.

Ce stage ouvert à tous les grades à partir de la catégorie cadets a été dirigé par Christian Peden, Responsable de la commission et Formateur régional Ne Waza.

Fort du succès de la saison précédente, ce stage a attiré plus de cinquante stagiaires issus pour la plupart de la ligue des Hauts de Seine de Judo et des Ligues limitrophes.

Durant le stage, Christian Peden a proposé une plate-forme technique axée sur :

- la mobilité au sol avec des éducatifs exécutés seul et des répétitions de formes de corps spécifiques
- une thématique sur Omaplata avec un travail sur les entrées, les enchaînements et les contres

Sous le regard attentif et passionné des stagiaires, Christian Peden insiste sur les détails techniques, ces détails qui font gagner quelques précieuses secondes et maintiennent une pression constante sur son partenaire. Il insiste sur le fait que l'on doit répéter beaucoup et souvent.

Après deux heures trente de pratique et un investissement de qualité des stagiaires, le tout dans une ambiance de convivialité et d'échange, vint le temps de la traditionnelle photo de groupe suivie d'un verre de l'amitié.



Champions sportifs de la ville de Courbevoie

Chaque année, la ville de Courbevoie récompense les sportifs les plus méritants de la saison précédente. Deux licenciés du Kodokan Club Courbevoie ont été mis à l'honneur lors de la cérémonie de remise des prix qui s'est déroulée le 18 octobre 2013, en présence de Monsieur le Député-Maire Jacques Kossowski:



Jeanne Apergis, élue 2ème dans la catégorie arbitre féminin

Et

Yanis BOUAZIZ, élu 3ème dans la catégorie arbitre masculin



Critérium 92 individuel Minimes M/F et Cadets/Cadettes

Samedi 19 Octobre s'est déroulé le Critérium 92 Individuel Minimes Masculins/Féminins et le Critérium 92 Individuel Cadets/Cadettes. Malgré l'absence de certains judokas (premier jour des congés de Toussaint), le KCC est revenu de Villeneuve la Garenne avec pas moins de 17 médaillés/ées :

MINIMES FEMININS/MASCULINS

Classement	Judoka/Catégorie
1ère	GRADEL Margot (-44 kg)
2ème	MATTEODO Dana (-63 kg)
2ème	MOUSSA Assia (-70 kg)
3ème	MOUSSA Sabrina (-57 kg)
3ème	ASPERGIS Jeanne (-52 kg)
3ème	DAQUO Astelle (-40 kg)

Classement	Judoka/Catégorie
1er	BOUCHAND Julien (-34 kg)
1er	SIMON Jules (-42 kg)
2ème	SAMBA Sammy (-50 kg)
2ème	CHEMEUR Farid (+73 kg)
3ème	DARDILL Hugo (-66 kg)
3ème	HENIN Yannick (+66 kg)

CADETS/CADETTES

Classement	Judoka/Catégorie
1ère	MONERET Léa (-52 kg)

Classement	Judoka/Catégorie
1er	CLARET Thomas (-55 kg)
1er	CANOT Jérôme (-66 kg)
3ème	CONTINI Maxime (-46 kg)
3ème	SOUKOUNA Simballa (-55 kg)

Astelle Daquo
3ème en -40kg
Minimes



Thomas Claret (1er) et
Simballa Soukouna (3ème)
en -55kg Cadets

Toutes les photos sont disponibles sur notre site web : <http://www.kodokan-club-courbevoie-judo.fr/photos-1/>

Tournoi de Leers Seniors Labellisé B

Pas de podium mais de belles 5èmes places pour Mathieu STÜCKER (-73kg) et Amaury BRET (+100kg).



Stage de perfectionnement Ecole de judo

Durant deux jours, une quarantaine de judokas et judokates de l'école de judo se sont retrouvés pour un stage de perfectionnement animé par David et Christian.

Après la séance de préparation physique et de Taiso (étirements), le programme de ces deux jours a été dense : Ne Waza (travail de mobilité au sol), Tachi-Waza (Uchi Komi, statique et dynamique seul, à deux et à trois, Randoris debout et sol à thèmes), projection de vidéos techniques.....



Les échos du club

Félicitations à Léa Lajeunesse qui a reçu son diplôme de Commissaire Sportif Départemental le 29 septembre 2013 (diplôme remis par Jean-Pierre Giraudon, Arbitre National, 6ème Dan de Judo.



A noter sur vos agendas...

Planning **prévisionnel** pour Novembre/Décembre 2013.

JOUR	DATE	CATEGORIE	MANIFESTATION et HORAIRES	LIEU
Samedi	9/11/2013	A partir de Minimes	Ecole d'Arbitrage Judo 92 (ERA/ N°3) 14h00 à 17h00	Issy Les Moulineaux
Dimanche	10/11/2013	Minimes	Regroupement Minimes ouvert aux Compétiteurs 10h00 à 12h00	Gennevilliers
Dimanche	17/11/2013	Poussins/ Benjamins	Regroupement Poussins/Benjamins 10h30 à 12h00 suivi d'un pot de l'amitié avec les parents	Courbevoie C.O.D.J.B - Salles Marc Alexandre et Karaté
Samedi	23/11/2013	Minimes	Tournoi international de Trappes (sur sélection) 8h00 à 9h00 Pesée Minimes masculin 9h00 à 10h00 Pesée Minimes Féminin	Trappes
Samedi	23/11/2013	Cadets	Tournoi national B (sur sélection) 12h30 à 13h30 Pesée Cadets 13h30 à 14h30 Pesée Cadettes	Trappes
Dimanche	24/11/2013	Benjamins	Coupe 92 par équipes de club (2 équipes par club) Pesée : 8h15 à 9h15 Equipes masculines Pesée : 9h30 à 10h00 Equipes féminines	Nanterre Gymnase Voltaire
Dimanche	24/11/2013	Benjamins	Tournoi individuel de Pontault-Combault 9h30 à 10h Pesée benjamins et benjamins	Pontault-Combault (77) Gymnase Boisramé
Dimanche	24/11/2013	Seniors	Championnat 92 Seniors par équipe 2 ^{ème} division 12h30 à 13h00 Pesée équipes masculines	Nanterre Gymnase Voltaire
Samedi	30/11/2013	Minimes Féminines et Cadettes	Equipes Minimes féminines et cadettes par équipe de Ligue (toutes les catégories)	INJ
Dimanche	1/12/2013	Minimes	Tournoi de Garches	Garches Gymnase des Meuries
Samedi	7/12/2013	Juniors	Championnat 92 individuel juniors masculin 13h30 à 14h30 Pesée	Gennevilliers Dojo Chandon
Samedi	7/12/2013	A partir de Minimes	Stage Kata n°3	Courbevoie C.O.D.J.B
Dimanche	8/12/2013	Minimes	Coupe 92 par équipe de club Minimes Masculin/Féminin 8h15 à 9h00 Pesée équipes masculines 9h30 à 10h00 Pesée équipes féminines	Villeneuve La Garenne Gymnase Ph. Cattiau
Dimanche	8/12/2013	Juniors	Coupe 92 par équipes de club Juniors 13h à 13h30 Pesée équipes masculines	Villeneuve La Garenne Gymnase Ph. Cattiau
Samedi	14/12/2013	A partir de cadets	Examen de grades requis 1er dan de 14h00 à 16h00	Asnières
Samedi	14/12/2013	A partir de cadets	Formation kata avant examen de 16h30 à 18h00 Examen de grade kata à partir de 18h	Villeneuve La Garenne
Dimanche	15/12/2013	A partir de cadets	Test d'efficacité en combat N°1 Masculin 1er dan Pesée 9h30 à 10h00	Villeneuve La Garenne
Samedi	21/12/2013	Cadets	Tournoi national B Aube Judo (sur sélection)	Troyes