



**BILAN DE LA PREMIERE JOURNEE DE REGROUPEMENT
SAMEDI 23.09.2023**

11 clubs représentés

52 jeunes combattants : 16 benjamin(e)s, 20 minimes et 16 cadet(te)s.

Merci à Nathalie Blanchet pour les photos !



Le bilan est satisfaisant. 52 jeunes ont fait le déplacement. Ils ont su assumer les exigences de ce regroupement. Nous avons remarqué leur attention, leur bonne volonté, leur engagement. Dès le matin, sur la séquence de préparation physique, ils n'ont pas hésité à s'encourager et à se dépasser !

Côté judo, cette journée a été l'occasion de revenir sur des fondamentaux, en ne-waza et en tachi-waza. Se dégager des jambes au sol pour reprendre l'avantage ; puis être davantage efficace sur les balances « arrière-avant » debout, voici les thématiques qui ont guidé les interventions. En outre, de nombreux randori ont été mis en place ainsi que des exercices autour de la vitesse de réaction. Ainsi, les stagiaires ont eu de quoi faire ; entre 10h et 16h30, ils n'ont pas eu beaucoup de répit !

L'intérêt d'une telle journée est d'avoir une densité de judoka permettant à tous et à chacun d'avoir davantage d'opposition, et donc, de faire évoluer son judo et son mental. Nous pourrions penser que l'effectif présent n'est pas à la hauteur des attentes (l'année dernière, 88 judoka présents lors du premier regroupement). Mais ce serait erroné de s'arrêter à cela ; car nous avons remarqué de la qualité chez de nombreux judoka. C'est encourageant !

Les intervenants ont fonctionné ensemble, sans aucun accroc : au-delà de leurs interventions, Cédric, Raymond, Rémi, Tim et Yannick ont accompagné et conseillé tout au long de la journée. Finalement, ce premier regroupement vient confirmer que le judo indrien est dynamique et peut envisager de belles perspectives. En privilégiant le bien-être et les progrès des jeunes, grâce à un savant mélange d'exigence et de bienveillance, le projet départemental met les jeunes en confiance et leur permet de construire leur parcours de formation avec singularité.

MERCI. L'EQUIPE TECHNIQUE 36.



FEDERATION FRANCAISE DE JUDO – JUJITSU – KENDO ET

DISCIPLINES ASSOCIEES

COMITE DE L'INDRE DE JUDO



COMITE DE L'INDRE
MAISON DES SPORTS - 89 ALLEE DES PLATANES
36000 CHATEAUROUX
Tél. : 02.54.35.55.65 - Fax : 02.54.35.55.66
E-mail : JUDO.COMITE-36@wanadoo.fr