

Un dynamisme qui ne faiblit pas !!! Une fréquentation en augmentation significative



Groupe des Mini-Pousses

Pour la saison 2015-2016, le Judo Club de Saint Domineuc continue sur sa lancée avec, à ce jour, 236 adhérents.

Grâce à l'investissement important des membres du CD du club, au professionnalisme de notre éducateur sportif et à la demande grandissante, nous avons pu ouvrir de nouveaux créneaux. Nous proposons désormais des cours pour tous les âges.

Notre offre s'est étoffée, avec 14 heures de cours hebdomadaires dispensées pour cette nouvelle saison. Grâce à ces nouveaux créneaux, nous avons pu fractionner les niveaux des enfants de 3 à 9 ans afin de proposer des cours plus adaptés à la morphologie et à la maturité de chacun.

Les cours des 10-16 ans, quant à eux, restent inchangés.

Les adultes et les jeunes de plus de 16 ans ne sont pas en reste, avec deux activités distinctes : une séance de taïso (renforcement musculaire, cardio-training et étirements/relaxation), et une nouvelle activité loisir de disciplines complémentaires judo/jujitsu/self-défense, permettant d'apprécier la combinaison des diverses techniques enseignées.

Dépassant la vision traditionnelle des cours de judo, le JCSB est aujourd'hui le seul club du département affilié à la FFJDA à proposer des séances de judo et activités connexes pour ce public trop souvent oublié, notre envie de partager et de développer le judo au sein de la Bretagne Romantique, dans un environnement sincère et unique basé sur le code moral du judo dans lequel le respect d'autrui, la politesse, l'amitié, la modestie sont de mises, nous permet de proposer aux écoles des séances de judo pour les plus grands, et de motricité adapté pour les plus petits. Nous sommes aujourd'hui fiers et heureux d'accueillir en séance spécifique 6 ados de L'IME de Saint Malo, et en intégration, 6 jeunes de l'ITEP de Combourg, pour la 2^e année. Nous remercions les différents intervenants et éducateurs spécialisés de ces structures.



Groupe des enfants de l'IME de Saint-Malo

Grâce au dynamisme de ses bénévoles et de son entraîneur Anthony Rouennier, le club a déjà pu participer cette année à une sortie à Paris Bercy le 17 octobre 2015, lors du Grand Slam où nous avons pu côtoyer de près de nombreux champions français et internationaux. Nous avons également organisé une journée portes ouvertes le 12 décembre 2015 pour le Téléthon, où nous avons pu récolter des fonds au bénéfice de cette cause, et des séances de démonstration de nos jeunes judokas devant leurs parents lors de l'Arbre de Noël du club, le 19 décembre 2015.

NOS FELICITATIONS

TOURNOI DEPARTEMENTAL 17 JANVIER – REDON

Chez les filles :

Marine 3^e (-38kg)

Annabelle 1^{ère} (-63kg)

Chez les garçons :

Ryann 1^{er} (-60kg)

Estéban 3^e (-46kg)

Axel 1^{er} (-42kg)

Lorris 6^e (-34kg)

NOS ENCOURAGEMENTS

POUR LES COMPETITIONS A VENIR

- Interclubs de St DOMINEUC le 12 Mars
- Championnat Départemental Benjamins de VITRE le 20 Mars
- Interclubs de La MEZIERE le 26 Mars
- Ceintures de couleurs à Rennes le 02 Avril
- Interclubs de PLEUDIHEN le 03 Avril
- Stages à Pleudihen à partir du 05 Avril
- Championnat Départemental Benjamins à Rennes le 15 Mai
- Interclubs de St Pierre de Plesguen le 21 Mai
- Championnat régional Benjamins à Quimperlé le 22 Mai
- Interclubs de Pleine-Fougères le 30 Mai



CONTACT:

@ : ic35sd@gmail.com

☎ : 07 82 96 99 89

Elaboré et imprimé par nos soins

Sans oublier les stages des vacances de la Toussaint et de février qui ont réuni respectivement 124 et 103 participants des Clubs de St Domineuc, St Pierre de Plesguen et Pleudihen. Se déroulant dans une ambiance conviviale toujours autant appréciée par nos jeunes judokas, ces stages sont l'occasion de perfectionner leurs acquis, que ce soit dans l'objectif de la compétition ou pour leur épanouissement personnel.



Championnat départemental Benjamins - Redon

Interclubs de St Domineuc du 12 Mars 2016

Les bénévoles travaillent d'ores et déjà à la préparation de l'événement phare de la saison sportive du JCSD.

Notre Interclubs aura lieu le 12 mars, à l'espace culturel du Grand Clos et est ouvert à tous les licenciés FFJDA, des seniors aux baby-judo. L'après-midi, des démonstrations spécifiques handisport et mini-pousses (motricité accompagnée) auront également lieu.

Comme l'an dernier, nous accueillerons avec plaisir toute personne souhaitant apporter sa contribution.

INTERCLUBS DU JCSD

HORAIRE DES PESEES

9h30 - 10h

Juniors-Seniors 1998 et avant

Cadets 1999-2000-2001

Minimes 2002-2003 - Benjamins 2004-2005

11h - 11h30 - Poussins 2006-2007

PAUSE DE JEUNER

13h30 - 14h - Mini-poussins 2008-2009

15h - Sport adapté - Mini-Pousses

16h - Baby judo : 2010-2011-2012