

ENERGIE JUDO

Le MAY sur EVRE



Tournoi Interclubs

Samedi 29 mars 2014

Complexe sportif Le May sur Evre

<http://judotaisoilemay.sportsregions.fr/>



GARAGE BRETIN GILLES

Ventes et Réparations toutes marques
STATION ESSO

45 rue Saint Michel
49122 Le May-sur-Evre

tél : 02.41.63.85.90
fax : 02.41.63.15.24
gbretin@bbox.fr

LE BISTROT DE L'HOTEL

Bar - Pmu – Sports

Julien & Lolita

Le May sur Evre

Jean-Michel VINCENT

Plomberie
Chauffage
Electricité
Ménager

Tél. 02 41 63 28 79

Energies Renouvelables

EXPOBAIN
EXPOELEC

Salles d'expo à
VERTOU, CHOLET et LA FERRIERE

75 rue Saint Louis, 49122 Le May Sur Evre

Centre de bien-être & de la beauté "Ombre & Lumière"

Chaque personne est unique, votre soin, modelage
doit l'être aussi...

Le May Sur Evre Tél : 02 41 58 26 39

Un évènement à ne pas manquer le 29 mars 2014 :

tournoi interclubs de Judo , salle de sport du May sur Evre.

L'Energie Judo se félicite de vous recevoir pour son tournoi annuel interclubs du 29 mars 2014. Lors de cette journée, plus de 300 judokas de 4 à 15 ans, représentant une vingtaine de clubs de la région vont se rencontrer sur les tatamis et partager les valeurs du Judo en toute amitié.

Comme pour les tournois officiels, les catégories d'âge et de poids vont se succéder selon un planning que vous trouverez page 8. Un classement dans chaque catégorie permettra de récompenser chaque jeune, et à la fin de la journée, un bilan final par club sera réalisé.

Nous vous attendons nombreux. Vous pourrez ainsi encourager les judokas durant les combats et les féliciter par vos applaudissements lors de la montée sur les podiums. Différents stands et animations vous seront également proposés.

Ce tournoi annuel est important dans la vie de l'Energie Judo fondé en 1975 et comptant plus de 160 adhérents. Chaque année les membres du bureau, tous bénévoles, préparent avec passion et enthousiasme cet évènement majeur. Nous les remercions au nom de tous les adhérents pour leur forte implication. Le club est également fier de son entraîneur et animateur sportif, Guillaume BILLAUD qui prend en charge avec brio l'entraînement et la formation de nos jeunes judokas, mais aussi les cours de Form Training et Seniors. Activités proposées par le club.

Merci également à tous les annonceurs pour leur soutien, à tous les bénévoles, sportifs et parents pour leurs concours au bon déroulement de cette compétition.

Vous trouverez sur notre site internet <http://judotaisolemay.sportsregions.fr/> de plus amples informations sur les résultats et la vie du club.

Le président
Christophe Menuet

Boulangerie Pâtisserie St michel

Jean-Paul et Christelle BIDET
15, Rue Saint-Michel 49122 LE MAY SUR EVRE

Tél/Fax : 02 41 63 85 86
Du Lundi au Vendredi 6H30-13H30 et 15H30-19H30
Samedi 7H00-13H30 et 15H30-19H30
Dimanche et jours fériés
7H00-13H00
Fermé le Jeudi

May lunettes

2ème paire pour 1€ de plus — Tiers-payant mutuelles

Céline POISSON — Opticienne diplômée

Tél. 02 41 70 31 02

Centre Commercial Intermarché
49122 LE MAY SUR EVRE



COLLECTION CUISINE
Créateur d'espace à vivre par excellence

30 boulevard de la Victoire 49300 Cholet
Tél. 02 41 29 22 62 - collectioncuisine@orange.fr

CocciMarket 

ROMUALD et FABIENNE
49122 LE MAY SUR EVRE – Tél. 02 41 63 80 40

Marché de fruits et légumes le mercredi
Livraison gratuite à domicile

Ouvert du mardi au samedi de 8h30 > 12h30 et 15h > 19h30
Le dimanche de 8h30 > 12h30

Le Bureau

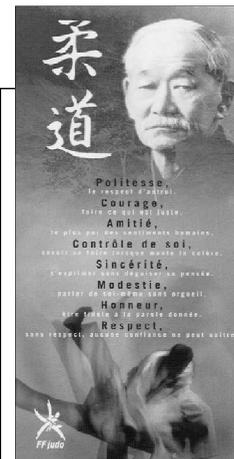


Les membres du bureau : Anthony GIRARDEAU, Bruno FLEURIEL, Yann DEVEZE, Denis BOIMARD, Alain MONNIER, Fabienne ARIAL, Christophe MENUET, Nathalie BANCHEREAU, Bruno CHARRIER, Isabelle MONNIER, Baptiste CLEMOT, Isabelle DRAPEAU.

Entraîneur / Educateur : Guillaume BILLAUD

Nous écrire : energiejudo@hotmail.fr

Le JUDO



Le judo tel qu'il est créé en 1882 par Maître Kano est une méthode d'éducation intellectuelle, physique et morale. Inspiré des formes de combat traditionnelles, il comprend diverses techniques pour projeter, maintenir au sol ou forcer l'adversaire à abandonner.

Mais la caractéristique même du judo est de prendre prétexte de la confrontation physique pour permettre à chacun d'affirmer sa personnalité et d'accéder à une meilleure maîtrise de soi tout en pratiquant des techniques susceptibles d'assurer sa protection.

En France, le judo apparaît dans les années trente, mais il se développe surtout après la deuxième guerre mondiale grâce aux actions de Moshe Feldenkrais, Kawais-hi Mikinosuke et Paul Bonet-Maury, président fondateur de la Fédération Française de Judo en décembre 1946.

Lorsque le professeur Jigoro Kano créa le JUDO KODOKAN, son intention était de promouvoir un moyen d'éducation nouveau dont le principe était : "la meilleure utilisation de l'énergie physique et mentale".

Ce principe de portée générale englobe en fait toutes les activités humaines. Ainsi, "judo", dans le sens le plus large du terme, est une étude, un procédé d'entraînement applicable à l'esprit et au corps aussi bien en ce qui concerne la direction de sa vie que de ses affaires.

D'autres moyens peuvent être utilisés pour cultiver ce principe, mais le Maître Kano précisait que s'il avait choisi le judo, c'est parce qu'en procédant ainsi il pouvait en même temps rendre le corps de son élève sain, fort et utile.

Par le judo, il pouvait les aider peu à peu à saisir le principe lui-même dans toute son importance. La force physique, mentale, spirituelle, "l'énergie" ne s'éveille que par l'effort. Il faut transpirer d'abord sur le tapis et ensuite, par un travail incessant, développer la compréhension, l'intelligence, la vie intérieure faisant de nous des êtres sociaux et humanistes.

LES VALEURS COMPLÉMENTAIRES

Le meilleur emploi de l'énergie

Dans sa pratique le judoka est à la recherche du meilleur emploi de l'énergie physique et mentale. Ce principe suggère l'application à tout problème de la solution la plus pertinente : agir juste au bon moment, utiliser la force et les intentions du partenaire contre lui-même. Il incite à une recherche constante et dynamique de perfection.

Entraide et Prospérité mutuelle

En Judo, les progrès individuels passent par l'entraide et par l'union de notre force et de celle des autres. La présence du partenaire, du groupe est nécessaire et bénéfique à la progression de chacun.

Le grade du judoka est représenté par une triple valeur

« SHIN », correspondant à la valeur morale,

« GHI », valeur technique,

« TAI », valeur corporelle.

Le « SHIN », cité en premier, donne seul le sens aux deux autres.

"Calligraphies réalisées par Madame Awazu"

精力善用
自他共栄
心技体

LES VALEURS DU JUDO

LE CODE MORAL



l'amitié

« C'est le plus pur des sentiments humains »



Le courage

« C'est faire ce qui est juste »



La sincérité

« C'est s'exprimer sans déguiser sa pensée »



L'honneur

« C'est être fidèle à la parole donnée »



La modestie

« C'est parler de soi-même sans orgueil »



Le respect

« Sans respect aucune confiance ne peut naître »



Le contrôle de soi

« C'est savoir se taire lorsque monte la colère »



La politesse

« C'est le respect d'autrui »

ÉDUCATEUR DIPLÔMÉ D'ÉTAT

GUILLAUME BILLAUD

CEINTURE NOIRE 2^{ÈME} DAN

Brevet d'Etat d'Educateur Sportif Judo, Jujitsu et Disciplines Associées

Brevet Professionnel de la Jeunesse de l'Education Populaire et du Sport

Activités physiques pour tous - Loisirs tous publics

(Spécialisation : Gymnastique Forme Détente, Éveil de l'enfant, Instructeur Self - Défense...)



"Favoriser la réussite et l'épanouissement de tous"

REGLEMENT DE L'INTERCLUBS

Compétition destinée à ouvrir l'esprit des jeunes judokas à la rencontre d'autres combattants autres que le club afin d'améliorer ses techniques et son esprit de compétition.

Date : Le samedi 29 Mars 2014.

Lieu : Salle des Sports N°1 Le May sur Evre (fléchage)

Participants : Interclubs ouvert à tous les grades, masculin et féminin. Tout combattant ayant une licence FFJDA en cours de validité dans un club.

En informant ses adhérents de la date et des horaires de l'interclubs du May sur Evre, le président s'engage à ce que chaque compétiteur de son club possède une licence FFJDA et un certificat médical en cours de validité. Les compétiteurs peuvent être amenés à présenter leur licence FFJDA.

Arbitrage : Règles d'arbitrage de la FFJDA, assurés par des licenciés de club (Dont des ceintures noires)

Temps de combat :

- Benjamins (es) 2 min
- Poussins(es) 2 min
- Poussinets(tes) 1,5 min
- Eveil Judo (Ne-waza) 1 min

Organisation : Un échauffement collectif sera organisé avant chaque premier tour de compétition.

Formules de compétition : par poules de 3, 4 ou 5 selon le nombre par catégorie d'âges et de poids. Chaque judoka fera 2 à 3 combats au minimum.

Inscriptions : sur engagement de chaque club. Inscription **gratuite**.

La liste des engagements devra être envoyée **avant le 26 Mars 2014**.

À Guillaume Billaud à l'adresse @ suivante : energiejudo@hotmail.fr

Si possible sous format d'un tableau Excel

Le Bureau de L'ENERGIE JUDO

SANI-CONFORT .COM
TERTIAIRE, INDUSTRIES ET PARTICULIERS
NEUF ET RENOVATION
MAINTENANCE

02 41 63 80 89

SOLAIRE PHOTOVOLTAÏQUE ET THERMIQUE - AEROTHERMIE ET GEOTHERMIE
PLOMBERIE - CHAUFFAGE - ELECTRICITE - ELECTROMENAGER

Z.A. LA CONTRIE 49122 LE MAY SUR EVRE

Auberge de la Croix de Pierre

Restaurant
Traiteur

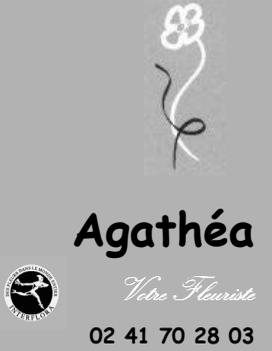
49122 Bégrolles en Mauges
Tél: 02 41 63 81 57

www.lacroixdepierre.fr - EMail : lacroixdepierre@free.fr

PROGRAMME

Catégories	Pesées de	Début des combats
Benjamin(e)s (nés en 2002/2003 - mixte)	9h00 à 9h15	9h45
Eveil-judo (nés en 2008/2009 - mixte)	10h30 à 10h45	11h00 (Animation et Combat au sol)
Poussins (nés en 2004/2005 - garçons)	13h30 à 13h45	14h15
Poussines (nés en 2004/2005 - filles)	15h30 à 15h45	16h15
Poussinettes (nés en 2006/2007 - filles)	15h30 à 15h45	16h15
Poussinets (nés en 2006/2007—garçons)	16h30 à 16h45	17h15

route de la Jubaudière



Agathéa
Votre Fleuriste
02 41 70 28 03



Optim Synergy
Conseil & Recrutement

Cabinet de conseil et recrutement spécialisé :
la diversité pour recruter autrement

Contact sur Cholet :
Tel : 06-76-14-85-16
Email : contact@optim synergy.com
Internet : www.optim synergy.com

Médical: médecins pour le secteur privé et les collectivités
Industrie : métallurgie, agroalimentaire, BTP
Services : Informatique & télécommunications, transports

Eveil Judo

- Samedi de 10h00 à 10h50 né en 2008
- Samedi de 11h00 à 11h50 né en 2009
 - Permet de **découvrir** son corps, de canaliser son **énergie**, de **respecter** les règles simples, de **s'ouvrir** aux autres...
 - « **Apprendre et s'épanouir en s'amusant** »




Chez Riri

Sonia et Richard
☎ 02 41 63 80 47

Boucherie
Charcuterie
Traiteur

Viande de haute qualité bouchère

Tél. 02 . 41 . 63 . 80 . 47

Paysagez-vous



JARDINS DU SOLEIL
Services
Taille - Tonte
Béchéage...

Sylvain MERAND

02 41 70 67 34 Zone Artisanale
06 50 37 54 45 49510 La Jubaudière
Réduction d'impôt selon la loi de finance en vigueur (50%).

Eveil Judo



Les 5 ans



. Lundi de 17h30 à 18h45 — Mercredi de 16h00 à 17h15



. Lundi de 18h45 à 20h — Mercredi de 17h30 à 18h45



Form'Training

• Lundi de 20h00 à 21h00

- **Echauffement du corps, entretien cardio respiratoire, renforcement musculaire, assouplissement et relaxation par des exercices variés ; Seul, à deux ou en groupe avec ou sans matériel, en tenue sportive et dans une ambiance conviviale pour toutes les personnes recherchant une pratique sportive de bien-être, afin de préserver ou d'améliorer sa propre condition physique.**

Judo

Minimes, Cadets, Juniors et Séniors

- **Lundi de 18h45 à 20h00 (né en 2001/2000)**
- **Mercredi de 17h30 à 18h45**
- **Mercredi de 20h00 à 21h30**

SARL
RAIMBAULT Olivier



*Menuiserie - Charpente - Bois - Aluminium -PVC
Toutes Fermetures - Escaliers - Parquets - Travaux de Rénovation*

31, rue d'Anjou - 49510 La Jubaudière - Tél. 02 41 63 81 14 - Fax 02 41 63 14 41
sarl.raimbault.olivier@bbox.fr

Fournitures & Pose
ALU, PVC, BOIS

Stéphane CHAIGNEAU

06.60.19.57.37



Menuiserie *
Cloisons sèches *
Aménagement *
Portails extérieurs *

La Grande Villette - 49122 LE MAY SUR EVRE

stephchaigneau@orange.fr

BOULANGERIE PATISSERIE

Nicolas & Karine JAMIN

14 rue Pasteur
49122 LE MAY SUR EVRE
☎ 02.41.63.81.27



CA
DE L'ANJOU
ET DU MAINE

Le bon sens a de l'avenir