

Des collégiens initient de jeunes adultes au judo



Sept jeunes judokas de la section sportive ont fait découvrir la discipline à de jeunes adultes.

Les jeunes de la section sportive de judo du collège Louis-Pergaud ont récemment participé à un rassemblement au dojo départemental d'Épinal. Au terme d'une sélection parmi les judokas des classes de 4^e et de 3^e, sept élèves ont été retenus pour assister à cette rencontre avec des jeunes en service civique, dont l'objectif était de promouvoir le judo auprès de jeunes adultes.

Lors de cet échange, les jeunes judokas ont approfondi leurs connaissances sur l'histoire de ce sport et l'impact du code moral, un code quelque peu bafoué de nos jours. En fin de séance, les collégiens sont devenus « professeurs » en initiant les participants aux bases du judo : les techniques de chutes, de prises, ainsi qu'une introduc-

tion au jujitsu, permettant aux jeunes adultes d'appréhender un aspect du judo qui favorise la confiance en soi dans des situations de défense personnelle.

L'association La Croisée était également présente pour sensibiliser les jeunes aux risques liés aux addictions. Ce moment de partage et d'entraide a permis aux collégiens de soutenir les volontaires par des conseils techniques et un encadrement bienveillant.

L'expérience se poursuivra le lundi 18 novembre au gymnase du collège Louis-Pergaud, avec la participation de Christian Denneville, 6^e dan. Par ailleurs, un projet de deux jours est prévu les 12 et 13 mai à Senones, avec des activités axées sur le judo et l'escalade.



JUDO CLUB SPINALIEN

Avec dix médailles décrochées aux Jeux olympiques de Paris, dont deux en or, la France a prouvé qu'elle était (restait) une nation forte du judo. Teddy Riner & Co ont-ils fait des émules au niveau local ? « Au judo, nos champions ont régulièrement des résultats, y compris aux JO. C'est dans les habitudes. Au niveau des effectifs c'est semblable à l'année dernière, note Virginie Dulot, présidente du Judo club d'Épinal depuis juin dernier. Malgré tout, on peut noter que d'anciens judokas adultes, qui avaient laissé le kimono au placard il y a longtemps, ont repris leur licence. Il y a aussi un petit effet de mode au niveau du loisirs et chez les cadettes ». Le Judo club spinalien compte environ 170 licenciés et peut encore accueillir du monde, sauf chez les tout petits (3-6 ans). Et à Épinal, on peut commencer ceinture blanche à tout âge !

Contact : judoclubepinal@yahoo.fr

Christian Denneville partage son expertise avec les judokas du collège

Ils étaient une vingtaine de judokas de la section sportive du collège Louis-Pergaud à se réunir autour de Christian Denneville, judoka 6^e dan, pour une séance d'approfondissement des techniques « Goshi » (grande bascule avant) et « Uki-Goshi » (hanche flottée).

Par équipes de deux, ces jeunes de la 6^e à la 3^e ont bénéficié des conseils de l'intervenant.

« L'objectif est de partager nos rassemblements de temps en temps, en fonction des disponibilités, avec un haut grade. Aujourd'hui, nous avons la chance d'accueillir Christian Denneville, qui continue de transmettre sa passion et son expertise », explique Virginie Dulot, professeure d'EPS. Entraîneur emblématique, habitué au monde de la compétition, Christian Denneville a partagé son enthousiasme pour le judo : « Certains de ces



Christian Denneville, 6^e dan, est venu transmettre ses connaissances aux judokas.

jeunes pratiquent la compétition, d'autres viennent pour s'entraîner. Chacun trouve sa motivation. Le principal est qu'ils progressent et enrichissent leur parcours grâce à une pratique régulière ».

Pour certains élèves, l'esprit de compétition est bien ancré, tandis que d'autres s'orienteront peut-être vers l'arbitrage,

comme l'ajoute Christian Denneville : « Le chemin reste encore long pour les plus assidus, notamment pour obtenir la ceinture noire, et encore plus pour atteindre un haut grade comme la 6^e dan ».

L'image inspirante de Christian Denneville démontre que ce chemin reste accessible à ceux qui persévèrent.

Parution Vosges matin
les 13 et 25 novembre
2024

Magazine municipal
d'Épinal n° 18
de novembre-décembre
2024

