



Le judo

bien dans son corps
bien dans sa tête

Forum des associations samedi 6 septembre

DOJO : Gymnase des Taillis
À partir du 8 septembre

Tél : 06 82 58 16 24



EDITO

Enfants, adultes, activité loisir, compétition, sport éducatif, discipline olympique

La saison écoulée a été exceptionnelle, tant au niveau du nombre de licenciés qu'au niveau des résultats obtenus : 4 médailles glanées au niveau national, un 4^e dan, un 2^e dan et 5 nouvelles ceintures noires ; le bilan est plus que positif. L'UNION JUDO RHONE se classe parmi les meilleurs clubs de la région et ceci grâce au travail de ses professeurs sans oublier les membres du bureau du club, toujours aussi actifs. Alain L'HERBETTE 6^e dan, Norbert BUTIN et Christophe PEYRON 4^e dan, épaulés par Jean-Rock JULIEN, 4^e dan, Amaury L'HERBETTE et Vincent DELLI COLLI 2^e dan, sauront cette année encore transmettre leur savoir et motiver leurs élèves pour qu'ils portent haut les couleurs du club à tous les niveaux, que ce soit au niveau national ou au niveau des interclubs qui sont des compétitions formatrices pour l'avenir.

Rendez-vous le 8 septembre sur les tatamis pour une nouvelle saison.

Pascal NAZARET
Président et ceinture noire

- Présentation du club :
créé en 1972,
304 judokas,
180 ceintures noires
formées au club,
6 professeurs
diplômés d'État
- Adresse :
Mairie de Corbas
Dojo : Gymnase des Taillis
- Renseignements :
permanence aux heures
des cours à partir du
8 septembre
Tél : 06 82 58 16 24



Baby judo

Enfants nés en 2010

Le judo dès 4 ans, c'est possible mais il s'agit d'une découverte de son corps : à partir d'exercices de judo, les enfants jouent sous l'œil éclairé et maternel de leur professeur.

École de judo

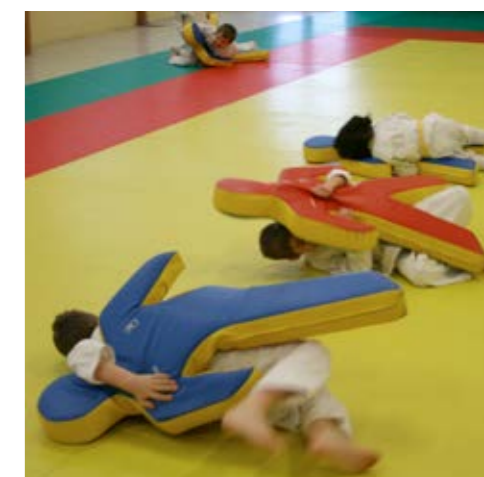
Enfants nés en 2009-2008-2007

C'est la pépinière du club. Les enfants - filles et garçons de 5 à 7 ans - représentent l'avenir du judo. C'est la saison pendant laquelle ils sont «couvés» par leurs professeurs. Il faut que l'enfant se sente bien intégré dans le cours... la technique viendra plus tard.

Programme

- Initiation judo au sol avec opposition
- Initiation judo debout sans opposition
- Jeux éducatifs - maîtrise des chutes.

Grâce à ce programme, l'enfant aura une prise de conscience de ses possibilités. Il luttera, même inconsciemment, contre tout complexe de timidité ou d'infériorité. Il maîtrisera la latéralisation et aura le sens de l'équilibre tout en se développant physiquement et psychologiquement.



Horaires des cours p.8



Judo compétition

La compétition représente une certaine idée du sport. Le judo, sport de combat permet de se mesurer à d'autres mais la compétition permet surtout de se mesurer à soi-même afin d'apprendre à se connaître. Le judo, merveilleuse école de persévérance et de patience, de contrôle de soi et de respect, c'est à l'UNION JUDO RHÔNE.

Principaux résultats - Saison 2013 - 2014

Championne de France juniors

- Léa BUTIN

Vice-championne de France minimes

- Aliona KRAVSTOVA

Médaille de bronze aux championnats de France cadets

- Mohamed ROUABI

Médaille de bronze à la Coupe de France juniors

- Amaury L'HERBETTE

Champions région

- Clémentine RICHARD, Eva DELVINGT, Ophélie VERVEUR, Mohamed ROUABI, Amaury L'HERBETTE

Champions département

- Clémentine RICHARD, Florian CHARMASSON, Philippine HEURTEL

Vice-champions région ou département

- Jessym BOUROUAHA
- Samuel JULIEN, Aliona KRAVSTOVA, Vincent NAZARET, Vincent GIL, Khamis BOUCHKARA, Paul FERRARI, Ophélie VERVEUR.



Un enseignement de qualité

L'UNION JUDO RHONE propose un enseignement de qualité à tous ses membres grâce à ses professeurs diplômés d'Etat : Alain L'HERBETTE 6^e dan, Norbert BUTIN et Christophe PEYRON 4^e dan. Ce n'est pas par hasard que notre club se situe parmi les meilleurs de la ligue Rhône-Alpes car nos professeurs se remettent sans cesse en question lors de stages, d'entraînements et de passages de dan (niveaux après la ceinture noire).

En plus de leurs grandes connaissances sur le judo & ses applications, nos professeurs ont une qualité essentielle, celle d'être à l'écoute des enfants et de les faire progresser dans une ambiance extraordinaire...Ce sont de véritables pédagogues.

Nouvelles ceintures noires

1^{er} dan

- Philippine HEURTEL • Gary DELVINGT • Dorian JEAN BAPTISTE
- Khamis BOUCHKARA • Vincent NAZARET

2^e dan

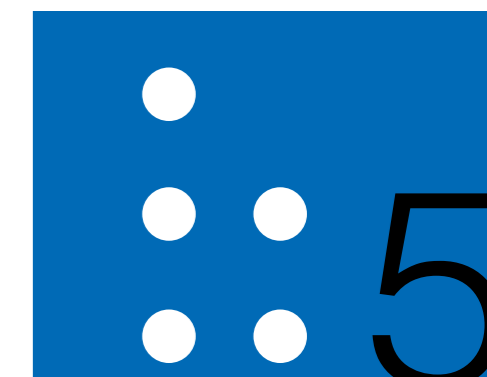
- Georges MEUNIER

4^e dan

- Jean-Rock JULIEN



Horaires des cours p.8





De 25 ans à... Le judo, détente & loisir

Cette section de l'UNION JUDO RHONE voit s'animer le jeudi soir ceux dont l'entretien physique prime avant tout.

Dans ce cours, pas de doute, l'accent est mis sur la décontraction et l'ambiance qui y règne convient tout à fait à ceux qui souhaitent oublier le temps d'un entraînement basé sur le judo et le ju-jitsu les contraintes de la vie quotidienne.

Adapté à cet esprit, le judo s'avère être un exercice entraînant et progressif, tout à fait valable pour « dérouiller » en bougeant un peu. Petit à petit, l'essor de cette section qui ne fait pas de bruit mais s'amuse bien, amène à elle des hommes et des femmes qui, s'ils n'ont plus l'âge des exploits sportifs, ont toujours l'âge de la camaraderie et du sourire !



Tournoi de Chemnitz (Allemagne) Juin 2014 -

Les « à côtés » du club

Bien sûr, le but essentiel de l'UNION JUDO RHONE est la pratique du judo. Tous les judokas ont tellement soif d'activités que bon nombre d'extras sont organisés en dehors des cours. Tout est bon pour s'éclater entre copains : matches de foot, sortie de ski, randonnées pédestres, patinoire, accro-branches, etc...

Les activités de l'U J Rhône, c'est aussi,

- les entraînements avec les clubs amis, les rencontres interclubs pour les jeunes judokas.
- les tournois (Marseille, Romans, Clermont Ferrand) mais aussi à l'étranger (Allemagne).
- les compétitions officielles et amicales.
- une amitié avec le club allemand de Chemnitz (Tournoi, stages d'une semaine à Corbas et à Chemnitz).



Sortie club au parc Walibi -

Fête fin juin, clôture de la saison -

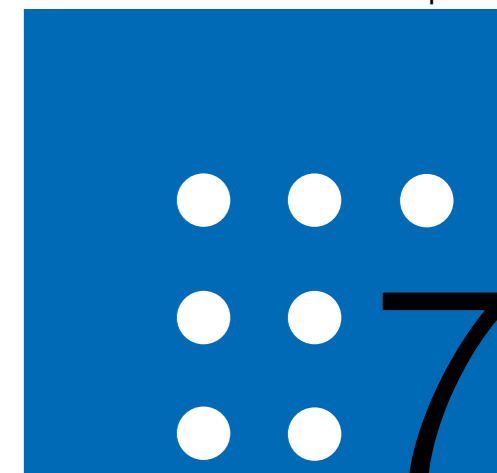
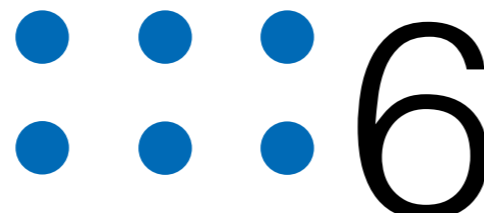


Horaires des cours p.8

PEINTURE & DECORATION
peintures, revêtements muraux, enduits décoratifs, ...

Damien MARREL

53, rue du midi - 69960 CORBAS
Tél. : 04 72 90 46 19
Port. : 06 30 25 88 31
email: d.marrel@aliceadsl.fr



Horaires saison 2014 - 2015

LUNDI

17h30 à 18h30

18h30 à 19h30

19h30 à 21h00

Judokas nés en

2008 - 2009 débutants

2003 - 2004

2002 et avant

MARDI

17h30 à 18h30

18h30 à 19h30

Judokas nés en

2008 - 2009

2005 - 2006

MERCREDI

15h30 à 16h30

16h30 à 17h30

17 h30 à 18h30

18h30 à 19h30

19h30 à 21h00

Judokas nés en 2010

2009 - 2008 débutants

2007 - 2006 débutants

2003 - 2004

2002 et avant

JEUDI

17h30 à 18h30

18h30 à 19h30

19h30 à 21h00

Judokas nés en

2008 - 2009

2005 - 2006

Adultes Loisirs, ju-jitsu

VENDREDI

17h30 à 18h30

18h30 à 19h30

19h30 à 21h30

Judokas nés en

2010

2007 - 2006 débutants

2002 et avant

Footing, Musculation, Judo

Venez nous rejoindre au club à partir du 8 septembre prochain. Portes-ouvertes renseignements et inscriptions pendant tout le mois de septembre aux heures des cours.

Cours d'essai gratuit.

Adresse du dojo : gymnase des Taillis à Corbas.

E. LECLERC

PARTENAIRE DU CLUB

E.LECLERC CHAPONNAY

Parc d'affaires - vallée de l'Ozon - 85 avenue de Chaponnay

Tél. : 04 72 70 26 20

