



INFOS JUDO 13

FRANCE
JUDO

LE BULLETIN D'INFORMATION DU COMITÉ 13

COMITE13JUDO.FFJUDO.COM



Suivez notre actualité sur

<https://www.facebook.com/comite13judo>


DANS CE NUMÉRO

- P1- Stage enseignants et Kagami Biraki
- P2 - Carnet noir
- P2-3 La minute « culture judo »
- P4- Passages de grades
- P5- Accès résultats compétition
- P5- Coupe régionale de Jujitsu
- P6- Album photos Shirens
- P7-8 Prochaines échéances

Le mot du Président, Jean-François RINGENBACH

Bonjour à tous.

L'année 2024 arrive à son terme mais, avant de nous consacrer aux joies des fêtes de fin d'année, je voudrais vous faire part de ma satisfaction d'avoir démarré la saison sans retard et avec beaucoup de réussite.

Dès la rentrée de janvier il nous faudra consolider et réaliser nos projets. Un de nos premiers chantiers consistera à développer une dynamique sportive pour que notre département retrouve les plus hautes marches des podiums régionaux et nationaux. Les stages et les entraînements consacrés à nos compétiteurs sont en place, nous persévérerons dans cette voie. Je suis cependant conscient que, pour construire l'avenir, nous devons porter notre attention sur les générations montantes. Dès le début de l'année nous proposerons des animations « clefs en mains » à destination des éveils, mini-poussins et poussins. Puis, dès que possible, nous organiserons un championnat départemental pour les débutants minimes et au-delà.

L'autre ambition de notre comité concerne le développement du judo à l'école qui, n'en doutons pas, est une source incontournable de recrutement. Le handicap et les retraités sont aussi des pistes à exploiter. Nous espérons vous présenter rapidement des solutions pour ceux qui désirent s'investir dans ces secteurs.

Je vous souhaite à tous **un Joyeux Noël et un bon « bout d'an »** et je vous donne rendez-vous, le 5 janvier à Istres, pour notre **Kagami Biraki** et la présentation des vœux !



Le 5 janvier 2025

STAGE ENSEIGNANTS & KAGAMI BIRAKI

INSCRIPTIONS EXTRA NET

STAGE ENSEIGNANTS - 9H00 - 16H30

Participation et intervention de **Arthur Clergey**
formateur national judo taïko, psychomotricien
et triple champion de France.

REPAS OFFERT - 12H00
Uniquement pour les enseignants inscrits
au stage.

KAGAMI BIRAKI - 17H00 - 19H00

Hommage à Jacques LE BERRE

Travail technique
Démonstrations
Remise des diplômes de grades.

POT DE L'AMITIE

RODZ BUDOKAN
ALLÉE JEAN FRANÇOIS CHAMPOLLION - ISTRES



Le 5 janvier 2025



STAGE ENSEIGNANTS & KAGAMI BIRAKI

INSCRIPTIONS EXTRANET

STAGE ENSEIGNANTS - 9h00 - 16h30

Participation et intervention d' **Arthur Clerget** formateur national judo taïso, psychomotricien et triple champion de France .



REPAS OFFERT- 12h00

Uniquement , pour les enseignants inscrits au stage.

KAGAMI BIRAKI - 17H00 - 19H00

Hommage à Jacques LE BERRE

Travail technique
Démonstrations
Remise des diplômes de grades.



POT DE L'AMTIE



**DOJO BUDOKAN
ALLÉE JEAN FRANÇOIS CHAMPOLLION - ISTRES**

Istres Judo
is

Consultez la liste des récipiendaires 2025 [ICI](#)

Chaque récipiendaire a reçu une invitation personnelle et doit confirmer sa participation selon les modalités indiquées dans le courrier en leur possession.

CARNET NOIR

Jacques Le Berre 9ème dan s'en est allé à l'âge honorable de 87 ans.

Son sourire discret, sa bienveillance active et son acharnement à vouloir à tout prix faire progresser tout un chacun nous émeut profondément au point qu'il y avait du Jacques Leberre en chaque personne qu'il a côtoyée.



M Leberre illustre parfaitement la Passion du Judo, celle qui nous pousse à aller chercher au plus profond les vérités les plus subtiles. Il était 9eme dan ce qui fait référence à l'état d'Hanshin: la maîtrise extérieure et intérieure unifiée.

5 fois champion de France et champion d'Europe en 1963, qualifié pour les JO de 1964, expert en technique, roi du De Ashi Barai, Jacques était aussi bien plus d'après ceux qui l'ont côtoyé de près. C'était aussi un fin pédagogue et il aimait par dessus tout enseigner le Gokyo à ses élèves du Budo Club Martigues, l'un de ses clubs de cœur qu'il appréciait tout particulièrement.

Un hommage lui sera rendu, le 5 janvier prochain, à l'occasion de la Cérémonie des Vœux du Comité.

LA MINUTE CULTURE JUDO

LE SAVIEZ-VOUS ?

Extrait d'un courrier de Jacques Seguin adressé à Vincent Guida et intégré à sa thèse de 8^{ème} dan.

L'expression SHIN-GI-TAI ne vient pas du Kodokan ni de Kano. Elle remonte au XIX siècle et serait due à YAMAOKA TESSHU, un Maître du sabre et du Ken Jutsu, qui prêchait que la technique ne pouvait pas être efficace sans l'esprit. D'après lui Esprit et Technique ne font qu'un. L'habileté technique est inséparable du développement spirituel de celui qui y prétend. (*Un Esprit, un Sabre*)

- Le SHIN serait défini comme **Esprit**, mais aussi **Ciel**
- Le GI serait défini comme **Technique** mais aussi **Terre**
- Le TAI serait défini comme le **Physique** mais aussi **l'Homme**

Il s'agit des trois aspects d'un **TOUT** qui ne peuvent pas être dissociés ; on ne peut pas toucher à l'un sans toucher aux autres ! Leur intégration par le pratiquant est la manifestation de la maîtrise dans le DO (la Voie).

Il semblerait que cette trilogie ancienne, ait été adoptée ensuite par le Butokukai et non par le Kodokan ni par Kano. En France, ce serait le Maître Michigami qui aurait remis cette formule au goût du jour, reprise ensuite par Awazu Senseï.

Alain JULIEN, Président d'honneur Du comité 13 Judo

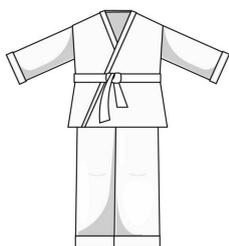
Retrouvez de nombreux récits concernant la culture judo mis à disposition sur le site du Comité 13 par Brigitte Pagès.

Culture judo (suite)

« Des zooris qui longent le tatami par paires et l'avant du pied tourné vers l'extérieur !! ?... »



Quand nous arrivons dans le Dojo, nous nous changeons pour laisser dans les vestiaires nos vêtements de la vie courante, ceux qui se portent à l'extérieur pour souvent nous différencier les uns par rapport aux autres. Personnalité, effets de modes, goût individuel probablement.



Nous, les judokas, nous revêtons un judogi blanc. Cette couleur a été choisie par Me Jigoro KANO, d'une part pour symboliser la pureté d'esprit de la discipline comme la fleur de cerisier sakura, mais aussi la pureté dans une tenue favorisant la propreté et l'hygiène corporelle.

D'autres part le judogi est un symbole d'équité, un vêtement uniforme *intérieur* au Dojo, il nous rappelle notre égalité dans l'effort et la réussite dans une pratique visant l'efficacité maximale.

Seule la ceinture complète le judogi pour marquer la différence dans le niveau d'exigence des acquis de la triple valeur du grade Shin, Gi, Taï.



Le port du judogi comme des zooris sont réservés uniquement pour les déplacements dans le Dojo et du vestiaire vers les tatamis, jamais en dehors. Lorsque le judogi, la ceinture, les zooris sont correctement en place, nous pourrons accéder à la surface de travail après l'autorisation.

Arrivés au bord du tatami coté SHIMOZA là, nous faisons une coupure face au monde que nous allons quitter temporairement. Nous nous déchaussons talons en appuis et montons sur la surface en lui tournant le dos laissant par paire la pointe de nos zooris vers ce monde *extérieur*.

Une fois sur le tatami, nous faisons face au centre pour le saluer (nous saluons notre surface de travail) et là commence autre chose dans un espace *intérieur* consacré. Nous faisons le vide de la journée passée et nous sommes prêts à l'étude du JUDO au cœur même du Dojo.

A la fin, nous saluons la sortie du tatami, nous nous tournons vers nos zooris qui sont dans le sens du départ pour retrouver notre vie quotidienne. Apaisé par la pratique de notre sport qui nous apporte souvent le bien être après une étude et d'un procédé d'entraînement du corps et de l'esprit.

Avez-vous compris pourquoi, les zooris qui bordent le tatami sont placés les pointes orientées vers l'extérieur et les talons vers l'intérieur ?

Brigitte Manibal Pagès - Commission Culture judo 13

Renseignements pris auprès de Yves Cadot et André Santerne

PASSAGES DE GRADES– NOUVELLE REGLEMENTATION

Nous vous rappelons de des modifications réglementaires sont applicables depuis le 1er septembre 2024–Nous vous invitons à les consulter [ici](#)

Rappel pour les Enseignants:

- Veuillez prendre connaissance des modifications du programme des examens saison 2024/2025, disponibles ci-dessus.
- Veuillez inscrire vos judokas sur extranet (obligatoire pour avoir accès à l'examen) Aucune inscription ne sera acceptée sur place.
- L'inscription doit être faite dans le département dans lequel il souhaite se présenter et pour le bon UV (**UV 1 OU UV2**). Si le candidat présente les deux U V , il faudra l'inscrire dans l'**UV1 ET** dans l'UV 2.
- **Veillez inscrire, uniquement, le candidat.** Si un judoka ne joue que le rôle de Uke, il ne doit pas être inscrit mais il doit être licencié et doit présenter son certificat médical.
- Le passeport est obligatoire pour le Uke qui ne présente pas l'examen vu qu'il n'est pas inscrit sur extranet.
- *N'oubliez pas de désinscrire un candidat s'il y a désistement.*

Rappel pour les Judokas

- Pensez à votre passeport.
- Ne pas oublier votre feuille d'examen que vous recevrez suite à votre inscription avec votre horaire de présentation.
- Si vous vous désistez, veuillez signaler votre absence le plus rapidement possible à votre enseignant, qui pourra ensuite en avvertir le comité.

Recherche de points en relation grades / championnats

Nous vous rappelons que pour chaque compétition du département où la relation grade/ championnats s'applique, un délégué est présent pour noter les points. Pour toute recherche de points, nous vous invitons à adresser votre demande au comité , en donnant les informations suivantes :

- Nom et prénom
- Date, lieu et nom de la manifestation
- Catégorie de poids

Aucune demande de recherche de points sur les animations de type "circuit" n'est possible.

Les demandes de recherches de points pour des compétitions qui n'ont pas été organisées par le département doivent être envoyées à la ligue.

UN DEBUT DE SAISON RICHE EN EVENEMENTS !

Retrouver toutes la chronologie des évènements passés, les photos et commentaires sur notre Facebook !

https://www.facebook.com/comite13judo/?locale=fr_FR



ACCES AUX RESULTATS DE COMPETITIONS SUR LE SITE DU COMITE

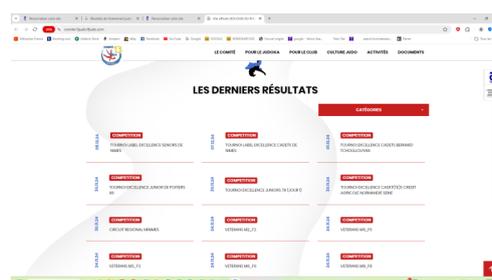
Tous nos résultats sont disponibles sur le site du Comité 13

<https://comite13judo.ffjudo.com/>

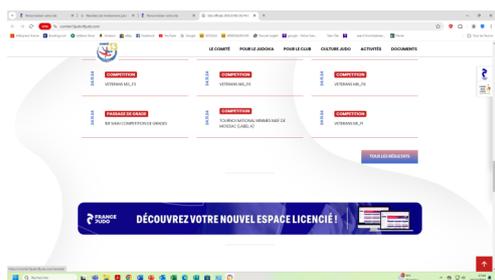
Marche à suivre :

- **1-dérouler la page d'accueil vers le bas jusqu'à « Derniers résultats »**
- **2 - Sélectionner (en bas) « tous les résultats »**
- **3 - Faites votre choix dans le menu proposé.**

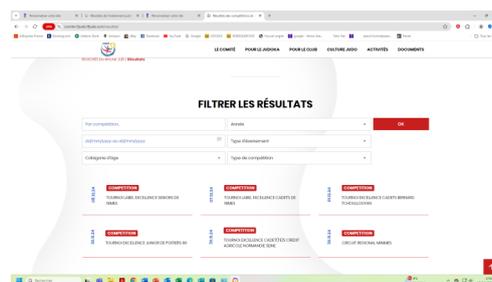
1



2



3



COUPE RÉGIONALE DE JUJITSU CADETS/ JUNIORS / SENIORS

Le samedi 23 novembre a eu lieu à Pierrefeu (83) la coupe régionale de Jujitsu Cadets/ Juniors/ Séniors qui depuis 3 saisons est qualificative pour les championnats de France.

Les 2 premiers de chaque catégorie ont été, automatiquement, qualifiés pour le championnat de France. Pour les autres il sera encore possible de rattraper le « wagon » en allant glaner des points au Tournoi National de Narbonne début janvier.

Elle a rassemblé les 3 disciplines : à savoir le Jujitsu Fighting, le Ne Waza, et le Duo System.

Cette coupe reste encore discrète au sein de notre région qui est en retrait par rapport au reste du territoire national.

Malgré le peu de participants on peut tout de même noter un niveau croissant et très relevé en Ne Waza. Pour le Fighting les combats étaient moins disputés et n'ont laissé place à aucune surprise. Le Duo System quant à lui reste assez anonyme mais a eu le mérite d'être maintenu alors qu'il avait disparu de nos compétitions locales ces dernières années.

Notre département était représenté ce jour-là par plusieurs clubs : Impact JJB, Impact Aix, CSM Fight Team, Gignac Judo Club, et le TEAM JUDO JUJITSU. De nombreux combattants se sont qualifiés pour les championnats de France qui auront lieu au mois de Février pour les cadets et Juniors, au mois de mars pour les seniors.

Prochain rendez vous jujitsu du 13 : Animation benjamins minimes le 11 janvier à Auriol.

ALBUM SHIREN OUEST — SAINT CANNAT LE 11/10/2024



[RETRouver TOUTES
LES PHOTOS ICI](#)

ALBUM SHIREN EST — MARSEILLE

BOUGAINVILLE LE 12/10/2024

[RETRouver TOUTES
LES PHOTOS ICI](#)



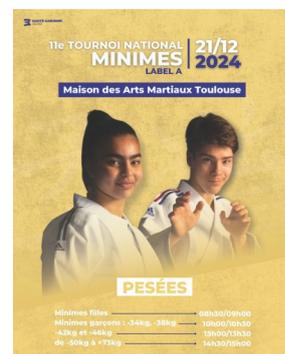
Merci aux clubs pour leur participation!

DEPLACEMENTS EN TOURNOIS DES MINIMES DU 13

Le Comité de la Haute-Garonne de Judo organise la **11ème édition du tournoi national minimes label A**, le samedi 21 décembre 2024 à la Maison des Arts Martiaux de **Toulouse**.

Le Comité 13 a sélectionné et emmène, sous la direction de Fabien PIANFETTI, 45 jeunes minimes pour participer à ce tournoi.

Nous leurs souhaitons bonne CHANCE !



42ème COUPE DES ROIS-ROMANS SUR ISERE

Le plus ancien tournoi de la région Auvergne Rhône-Alpes est de retour à Romans !

Samedi 11 janvier 2025: tournoi national individuel minimes.

Le Comité, sur sélection, emmènera un groupe de 45 minimes.

DATES A RETENIR

SHIREN PAR EQUIPES SECTEURS
BENJAMINS ET MINIMES SUR SÉLECTION C13

DOJO
BOUGAINVILLE
18/12/2024 13H30-18H
ENGAGEMENT 3€

MELISSA OVIATTARA
ISTRES JUDO

UN CÔTÉ DE NOËL SERA OFFERT, AUX PARTICIPANTS À LA FIN DE LA COMPÉTITION.

ALÉN MARTIROSYAN
JUDO GRIFFON

TOURNOI MINIMES LABEL A
Trophée Jérémy Sauterelle

LIGUE SUD JUDO
Vitrolles
Judo Sport Vitrolles
Mizuno
FRANCE JUDO

DIMANCHE 26 JANVIER 2025
Gymnase M.Plot - 344 av. Rhin Danube
13127 VITROLLES

Coupe départementale katas minimes

Samedi 1er mars 2025
Septèmes-Les-Vallons.

Cette coupe est sélective pour la coupe de France par équipes minimes.

ENTRAÎNEMENT DÉPARTEMENTAL
JUJITSU

LES JEUDIS SOIRS
DOJO DE BOUGAINVILLE
19/12, 30/01, 27/02, 13/03, 24/04, 22/05

JUJITSU COMBAT
BENJAMINS MINIMES
18H30 À 19H30

CADETS JUNIORS SÉNIORS
19H30 À 20H30

JUJITSU NE WAZA
CADETS, JUNIORS, SÉNIORS
20H30 À 21H30

7 fois à terre,
8 fois debout...

COUPE DÉPARTEMENTALE Juniors & Seniors
SAMEDI 11 JANVIER 2025

Gymnase Gaston Rebuffat,
Les Artauds
AURIOL

Inscription extranet
Relation grades championnats



COMITÉ 13
JUDO

**MASTER VETERANS
EXCELLENCE 2025**

SAMEDI 3 MAI
210 rue Charles Pauriol
Cosec du Pesquier
Gardanne

PLUS D'INFOS!