



Politesse
Courage
Amitié
Contrôle de soi
Honneur
Sincérité
Respect
Modestie

EN 2019, SOYONS ALTRUISTES

En ce début d'année, nous prenons de bonnes résolutions, et souhaitons pour toutes et tous un avenir plus radieux et cela en parfaite santé. Je souhaite que 2019 soit, pour vous et vos proches, riche aussi bien d'un point de vue personnel, sportif que professionnel.

Pour l'avenir du département, je rêve que chacun d'entre nous prenne bien conscience de la nécessité de la création d'un dojo départemental. Même si ce dernier ne se construit pas juste à côté de chez nous, il est important de soutenir ce projet. Tous les signaux sont au vert. Ne ratons pas cette opportunité, pour des raisons d'intérêts personnels, car elle ne se représentera pas de sitôt... voire jamais !

Personne ne sait ce que nous réserve l'avenir. Donc essayons de profiter du temps présent et surtout arrêtons de nous poser de faux problèmes ou de nous polluer l'esprit pour des choses futiles. Voyons le verre à moitié plein plutôt qu'à moitié vide.

Je suis conscient que certaines choses doivent changer ou évoluer et je m'y applique avec l'aide de toute l'équipe de bénévoles qui m'entoure. Je tiens une nouvelle fois à les en remercier et à les féliciter pour tout le travail qu'ils réalisent.

Soyez certains que **seuls le respect de chacun et l'écoute permettent de résoudre un bon nombre de problèmes.**

Bien sportivement, **Excellente année à toutes et à tous.**

« Notre but principal dans la vie est d'aider les autres. Et si vous ne pouvez pas les aider, essayer au moins ne pas les blesser. » Dalaï Lama



Christian Le Nan
Président C.O.J.

Contact : Internet :
presidence.judo.oise@gmail.com



INFORMATIONS

JANVIER 2019

ACTIVITÉS DES COMMISSIONS & DOCUMENTS - SOMMAIRE

- Arbitrage : compte-rendu d'activité
- Culture Judo : Cérémonie des Vœux du 207/01/2019
- Judo & Personnes en Situation de Handicap : animation du 22/12/2018
- Ju Jitsu : Stage du 09/12/2018
 - o Coupe régionale des HDF de Ju Jitsu du 15/12/2018
- KATA : Stage du 16/12/2018
 - o Coupe départementale du 22/12/2018
- Compte-rendu du stage régional de Chanbara du 2 décembre 2018
- SPORTIF : Stage d'Hiver des 11 & 12 février 2019
- LIGUE : Championnat Régional Judo Adapté du 02/02/2019

Pour plus de renseignements :

Jean-Pierre Regnier
secretariat.judo.oise@gmail.com

Perso : regnierjp@sfr.fr



TOURNOI NOTIONAL LABELISE A DE WASQUEHAL

Samedi 8 décembre comme chaque année a eu lieu le grand tournoi de la ville de Wasquehal regroupant des athlètes de haut niveau,.

Notre stagiaire national Romain DEBIEVRE a fait le déplacement afin de se perfectionner et améliorer la qualité de son arbitrage.

Pas de miracle, il faut travailler pour progresser !



NOTRE PARTENAIRE

Afin de préparer au mieux l'arrivée des nouveaux jeunes dans notre école d'arbitrage.

Le plein de tee-shirt est fait pour cette nouvelle saison. Commande assurée par notre partenaire la croisée des arts.

Les jeunes, on vous attend nombreux pour cette nouvelle saison, prochaine séance le 20 janvier 2019.



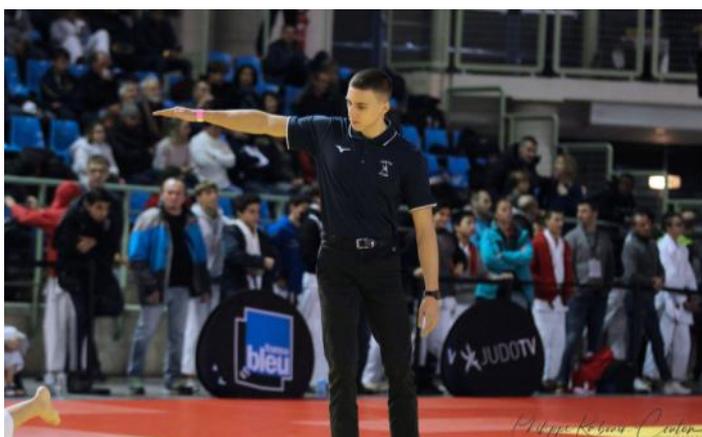
CHAMPIONNAT DE FRANCE MINIMES

Le week-end du 15 et 16 décembre se sont tenu les championnats de France minimes.

Notre jeune « padawan » Erwan GAMBIER a eu le plaisir d'arbitrer le championnat dans le grand dôme de Villebon, une salle impressionnante pour un jeune arbitre.

Pour Erwan, c'est une deuxième sélection sur un championnat de France cette saison.

Bravo pour ton sérieux et ton travail jeune homme.
La commission d'arbitrage ainsi que le COJ sommes très fiers de toi !



UN NOUVEAU ARBITRE DEPARTEMENTAL

Félicitation à Kevin Lin qui valide son titre d'arbitre départemental le 09 décembre lors de la compétition individuelle benjamins à Lamorlaye.

Kevin jeune arbitre issu de notre école, stagiaire départemental depuis 1 an a validé son dernier UV dimanche dernier à Lambersart qui lui permet donc d'avoir le titre officiel .

Maintenant, il faut continuer la formation pour progresser et fixer de nouveaux objectifs.

Bravo jeune homme.



Pour plus de renseignements :

Sébastien JUILLET, Responsable de la commission
Cindy COLIGNON, Instructrice Arbitrage
mailto:arbitreoise@gmail.com

Prochaines Dates à Retenir :

Ecole d'Arbitrage : **20 janvier 2019**



Le 27 Janvier 2019 aura lieu notre Kagami Biraki à Avion de 15h30 à 17h30,

 **FEDERATION FRANCAISE DE JUDO** 
Judo, Jujitsu, Kendo et disciplines associées

La Ligue des Hauts de France JUDO
la commission des Hauts Gradés
le Président de la ligue
le Président du comité départemental du Pdc
vous invitent à la cérémonie des vœux qui se déroulera

27 janvier 2019
en la salle du Blezel rue Gressier 62400 AVION


美津濃 Mizuno

début de la cérémonie à 15h30
remise des diplômes de grades du 7ème dan au 1er dan
démonstration de katas
ju jitsu duo système, fighting système, thai sō, aikido
remise des distinctions
pot de l'amitié offert par la ligue

Siège Social: 147 rue Fleming 62400 Béthune
adresse postale: 2 rue Lescouvé 80000 Amiens
téléphone: 03.22.80.17.32
Site internet: <http://hautsdefrancejudo.com>
Email: ligue@hautsdefrancejudo.com



IPNS

Pour plus de renseignements :

Brigitte SEMET, responsable de la Commission
brgsemet@aol.com

Prochaines Dates à Retenir :



Le 22 décembre nous sommes tous retrouvés dans le gymnase magnifique du village de Longueil-Sainte-Marie, un grand merci à Grégory le professeur, de nous avoir accueillis afin de passer un après-midi sympathique.

3 ateliers étaient au programme de l'après-midi. Après un salut en cercle, Emmanuel Perrier ceinture noire du club de Lacroix-Saint-Ouen a dirigé un échauffement dynamique. À la suite de cela, deux remises de grade de ceinture bleue ont été décernées à Julien et Sébastien du club de Crépy-en-Valois.

- **L'atelier 1** était organisé par Romain Debièvre du club de Montataire, sur certains aspects de l'arbitrage, Romain était accompagné de Mlle Louise Vérove du club d'Orry-la-Ville, pour ensuite enchaîner...



- **L'atelier 2** sur une sensibilisation à l'apprentissage vers le futur grade de ceinture noire pour certains judoka. C'est un projet à moyen terme. Nous avons bouclé cette animation par...

- **L'atelier 3** des randoris souples, avec une mise en situation de combat en compétition, encadré par la famille Vérove, commissaires sportifs du club de Orry la ville, et Romain arbitre officiel, je les en remercie tous.

Nous avons conclu cet après-midi autour d'un beau salut, suivi d'un pot proposé par le club de Longueil Sainte-Marie. Merci.

Une photo de groupe a été faite avec en particulier la présentation d'un kimono "équipe de l'Oise JPSH, réservé aux compétiteurs sport adapté du en vue d'une qualification pour les championnats de France à Jurançon en avril 2019.

Bon courage à nos judokas.



Pour plus de renseignements :

Albert MARCATI, responsable de la Commission
albert.marcati@club-internet.fr

Prochaines Dates à Retenir :



COMMISSION JUJITSU - NE WAZA

JANVIER 2019

Ce dimanche 9 décembre le dernier stage de jujitsu de l'année 2018 a été accueilli au dojo de Pont Sainte Maxence.

La stage a été mené par Christian Istace, responsable départemental 6ème Dan.

Après un échauffement sur les mouvements de basés sur la self-défense au sol, les 25 participants ont pu peaufiner la préparation au passage de l'UV 2 (réponse libre aux attaques imposées) en voyant plusieurs possibilités de réponse en fonction du placement de Uke pour chaque attaque.

Étaient présents les membres de dix clubs: Ons en Bray, Milly, Mouy, Gouvieux, Bornel, Noailles, Andeville, Chambly, Orry la ville et du Jujitsu-club Pontois

Un grand merci à tous pour ce stage qui s'est déroulé dans une ambiance chaleureuse avant les fêtes.



Pour plus de renseignements :

Christian ISTACE, responsable de la Commission
istace.christian@orange.fr

Prochaines Dates à Retenir :

Dimanche Stage Jujitsu Ne Waza

13 /01/19—MOUY

10/02/19—THOUROTTE



Coupe régionale des HDF de Ju Jitsu à Valenciennes le 15 décembre 2018.

217 inscrits de poussins à vétérans avec de forts combattants belges dans toutes les catégories d'âges et dans les 3 disciplines DUO, combat et ne-waza.

Au programme de cette longue journée : stage d'arbitrage le matin, arbitrage l'après-midi jusqu'à 21 H non stop !

L'Oise s'est distinguée :

Kam Kimboo, ceinture orange, catégorie minime du Ju Jitsu Club Pontois, a brillamment remporté son combat contre un adversaire du Nord de Mouvaux, ceinture marron, qui avait 20KG de moins mais beaucoup d'expérience ; c'était très fair-play. Les prochaines compétitions de Kam se feront dans la catégorie des cadets.

Youssef Essabri, CN 1er D, catégorie +94kg du JC Venette, a également remporté son combat contre un adversaire très coriace de Jeumont.

Cette journée comptait parmi les arbitres Christian Istace, continental, Laurent Carbonnaux stagiaire régional et la responsable arbitrage régionale Brigitte Semet du Ju Jitsu Club Pontois. Laurent a obtenu son 2ème dan le lendemain à Paris !

Les commissaires sportifs étaient là aussi avec Marie-Eve Cartier et Julien Bauchet.

Félicitations à tous !

Prochain rendez-vous la coupe départementale ju jitsu le 22 Décembre à Longueil Ste Marie.

Brigitte



Pour plus de renseignements :

Christian ISTACE, responsable de la Commission
istace.christian@orange.fr



COMMISSION KATA

JANVIER 2019

STAGE KATA A VENETTE LE 16 Décembre 2018

25 participants encadrés par Christian ISTACE, Jean-Maurice PARISOT, Patrick NOLIN et la participation de Didier POIVRET venu d'Amiens.

Trois katas ont été travaillés : Naga no Kata – Gatamé no Kata – Kodoka Goshin Jutsu.



Pour plus de renseignements :
Patrick NOLIN, responsable de Commission
patrick.nolin0688@orange.fr

06 72 72 11 05

Prochaines Dates des Perfectionnements à Retenir :

Montataire de 9h00 à 12h00	09/02/19 -
Venette de 9h00 à 12h00	20/01/19 - 03/02/19
Allonne de 9h00 à 12h00	17/02/19



COMMISSION KATA

JANVIER 2019

COMPTE RENDU DE LA COUPE DEPARTEMENTALE KATA DU 22 DECEMBRE 2018

Le 22 décembre 2018 la coupe kata départementale avait lieu à Longueuil sainte Marie.

5 couples se sont présentés :

Dans la catégorie animation (présentation des 3 premières série du Nagé no kata)

Candice DESCATEAUX et Eloïse POIX du club de Crèvecœur le Grand se sélectionnent pour la coupe de ligue qui aura lieu le 2 février à Tergnier de même que Perrine DEGRAEVE et Florine ARCHE du club de Milly sur Thérain .

Dans la catégorie élite (le kata est présenté en entier) :

Gérald MEREAX (dojo creillois) et Dimitri LEFEBVRE (nogent Obiers) présenteront le Kodokan Goshin Jutsu à Tergnier.



Pour plus de renseignements :

Patrick NOLIN, responsable de Commission
patrick.nolin0688@orange.fr

06 72 72 11 05



COMPTE-RENDU DU STAGE RÉGIONAL DE CHANBARA DU 2 DÉCEMBRE 2018

Le premier stage régional de Chanbara de la saison 2018/2019 a eu lieu le dimanche 2 décembre au gymnase handisport de Montdidier (80500). Ce stage organisé par la CRKDR des Hauts-de-France a été dirigé par Georges Gravier et François Moitié. Comme toujours, M Michel Parigot, président de la CRKDR Hauts-de-France, est venu prêter main forte.

Vingt-sept stagiaires furent présents, représentant les clubs de Lacroix-Saint-Ouen, Gouvieux, Picquigny et de l'internat de Noyon. Le sujet du stage était Kaeshi Waza – technique, application et attitude en combat.

Le matin était consacré à l'étude et au perfectionnement de Uchi Kaeshi. Au travers de divers exercices, plus ou moins poussés selon les niveaux, nous avons cherché à remettre du fond dans la pratique du Uchi Kaeshi, à savoir : sortir de la présentation mécanique du scénario pour aboutir à une forme plus proche de la pratique du sabre. Changement de rythme, désynchronisation entre armée et coupe, travail du seme, modification de l'ordre des Uchi, travail sur le kiai furent autant d'axes de travail abordés sur ce sujet. Nous avons clos cette matinée par des mawari geiko et un champ de bataille.

L'après-midi, nous avons continué sur le thème de Kaeshi, en proposant plusieurs travaux :

- analyse de l'adversaire en combat, sur un enchaînement d'attaques rapides impossibles à toutes bloquer ;
- travail sur la distance et sur le relâchement dans le combat.

Ensuite, nous avons initié un atelier arbitrage et compétition par groupes de cinq à six pratiquants, encadrés par les 1^{er} Dan et les 1^{er} Kyu présents.

Enfin, nous avons clôturé la journée par des activités en groupe : des combats en équipes et un Shogun.

Nous adressons nos remerciements à la mairie de Montdidier, qui a permis l'organisation de ce stage, un peu au débotté il faut le signaler. M Tony Lheureux, adjoint de la mairie aux associations et au sport, et Mme Anne Véro, responsable du gymnase handisport, nous ont accompagné avec professionnalisme et réactivité. Nous remercions également les stagiaires présents, qui pour beaucoup souffraient de blessures dans leur pratique en club et ont quand même fait le déplacement. Malheureusement, hormis les Kenshis de la toute nouvelle section Chanbara du judo club de Picquigny, ce sont toujours les mêmes personnes qui sortent de leur club pour participer aux événements régionaux.

François Moitié
DTR Chanbara

Prochains rendez-vous régionaux et nationaux :

Samedi 26 et Dimanche 27 janvier – Open de Champs-sur-Marne (76)

Dimanche 3 mars – Stage de Lacroix-Saint-Ouen (60) encadré par Arthur Cétaire

Samedi 23 et Dimanche 24 mars – Championnats de France à l'Institut du Judo (75014)



STAGE D'HIVER DES 11 & 12 FÉVRIER 2019

- Lieu : dojo de BRESLES (Voirie des Muitres - 60510)
- Catégories d'âges : à partir de 2007 (benjamins 2 a cadets)
- Grade requis : jaune /orange
- Coût du stage : gratuit
- Inscription : via l'extranet à partir du 17 février 2019.
- Programme des 11 & 12 Février 2019 :
 - o Accueil du lundi : 09h30
 - o Entraînement : 10h00 à 12h00
 - o Déjeuner : de 12h15 à 13h00
(prévoir son repas)
 - o Séquence arbitrage : de 13h15 à 14h30
 - o Entraînement judo: 14h45 a 16h15
 - o Fin de stage : 16h30



CHAMPIONNAT RÉGIONAL JUDO ADAPTÉ POUR LA SAISON 2018 /2019

samedi 2 Février 2019 à Tergnier.

- [Ci-joint l'invitation](#)
 - o [Feuille Inscription groupe](#)
 - o [Feuille d'Inscription Individuelle](#)

Les clubs peuvent contacter Patricia Bachelet ou moi-même :

Fulvio Mastrodicasa

Responsable de la commission Judo Adapté FFSA

Membre de la commission JPSH

PJ : [Règlements Sportifs FFSA](#)