

# Newsletter

## Février 2021

## U.S. COLOMIERS JUDO - TAISO



*Quelle que soit la situation, nous poursuivons cette aventure en dehors des tatamis et maintenons une activité sportive pour tous. C'est grâce aux professeurs, aux bénévoles et surtout à vous, que notre club reste dynamique à travers des cours en visio et à l'extérieur. Nous nous adaptons, nous nous sommes réinventés, nous gardons le lien avec vous.*

### Retour sur...

- **De nouveaux Uke s'invitent chez vous !**

Difficile de trouver un partenaire pour apprendre de nouvelles techniques. La solution ? Le fabriquer ! Dans les cours en visio de Charlène, chaque Tori utilise son Uke fait maison pour pratiquer du judo. Le résultat est saisissant et les techniques sont réalisées de manières plus précises. Hajime !



- **Renforcement musculaire au stade Capitivity.**

Suite à la fermeture de notre dojo, les professeurs ont organisé des cours de préparation physique et Taïso au stade d'athlétisme Capitivity. Les mercredis et samedis, tous les judokas et taïsokas sont invités à venir s'entraîner à l'extérieur si la météo le permet. Venez-vous entraîner et partager une séance de sport au stade Capitivity.

Merci à notre reporter pour ces magnifiques photos disponibles sur notre site internet.





• **Des judokas du club préparent la formation d'enseignant judo.**

Cette année, 5 judokas préparent les formations BPJEPS (Brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport) et CQP (Certificat de qualification professionnelle) pour devenir enseignant judo : Cécile, Faustine, Louise, Lévin et Tanaël. Nous leur souhaitons de réussir dans cette quête d'accomplissement vers la voie de l'enseignement.



## Evènements à venir

- **Du nouveau sur la boutique en ligne !**
- **Le Carnaval virtuel s'invite au judo.**

Prochainement, le club sortira en exclusivité le catalogue de la boutique en ligne. De nouveaux produits, de nouveaux packs et une collection femme. Ne manquez pas notre gamme de vêtements et kimonos floqués.

En partenariat avec la ville de Colomiers, nous proposons aux enfants, de confectionner un masque de Carnaval. Une séance photo et vidéo aura lieu fin février au Hall Comminges. Les photos seront affichées sur des pancartes et sur les réseaux sociaux de la ville de Colomiers. N'oubliez pas d'enfiler votre kimono !

## Point culture sur : la politesse

*Jigoro Kano a développé le judo comme une méthode d'éducation. Cet enseignement inspiré du Bushidô véhicule des valeurs fondamentales regroupées dans un code moral. Ce mois-ci focus sur :*

**REIGI La politesse, c'est le respect d'autrui.**



C'est aussi un ensemble de comportements sociaux visant à exprimer la salutation ("bonjour"), la bienveillance ("s'il vous plaît"), la gratitude ("merci"). Il s'agit du tout premier principe que doit apprendre un judoka, puisque face à lui, il n'y pas un adversaire mais un partenaire (Uke/Tori).

Tout judoka se doit de respecter l'autre, de se montrer accueillant, de s'ouvrir au dialogue, de faire preuve de savoir-vivre au judo, dans sa famille et à l'extérieur.

**Vous aussi, devenez partenaire du club !  
Contactez-nous au 06.01.71.79.44**

