

# Newsletter

## Novembre 2021

### COLOMIERS JUDO - TAISO



*Ce mois-ci, nous avons accueilli pendant le stage de la Toussaint, un membre de l'équipe de France, plusieurs fois champion, Alexandre MARIAC. Mais il n'est pas le seul à décrocher des médailles. Clément et Raphaël ont également remporté de prestigieux titres au cours de compétitions de hauts niveaux. Félicitations à eux !*

## Retours sur...

- **Le stage de la Toussaint avec Alexandre MARIAC**

Les vacances d'octobre ont repris des couleurs. Du lundi 25 au vendredi 29 octobre s'est déroulé le stage des judokas mini-poussins à minimes avec Alexandre MARIAC. De nombreux jeux, éducatifs et moments de détente ont ponctué ce stage encadré par Charlène, Faustine, Gaël et Stéphane. Le mercredi soir, nous avons reçu la visite des clubs de Blagnac et l'Union pour un entraînement interclub avec plus d'une cinquantaine de judokas sur le tatami. Retrouvez un article de la dépêche et notre reportage photos sur nos réseaux sociaux.



- **Clément COMDOMINES décroche la médaille de bronze**

Vendredi 22 octobre, Clément COMDOMINES défendait les couleurs de notre club en -81kg au **Championnat du Monde Vétérans à Lisbonne**. En final des repêchages, il s'impose après 3 minutes de combats suivies de 8 minutes de golden score et décroche la 3<sup>ème</sup> place de ce championnat international. Une belle aventure qui se termine sur le podium. De retour en France à Colomiers, c'est avec honneur que François lui remis de sublimes plaques photos pour célébrer cette victoire. Bravo pour ce beau parcours.

*Retrouvez sur nos réseaux et sur notre site internet un article publié par Rémy LARRIEU dans la dépêche du Midi.*

## • Raphaël OUREDNIK devient champion du monde DEAF

Notre ancien judoka de Colomiers, Raphaël OUREDNIK, a brillé lors du championnat du monde DEAF qui s'est tenu à Versailles du 27 au 30 octobre 2021. Dans sa catégorie des -81kg, il s'impose en final contre Cyril JONARD, multiple champion au long palmarès, en remportant la précieuse médaille d'or. Félicitation pour ce résultat au plus haut niveau de ce sport.



## Evènements à venir

### • Assemblée Générale le vendredi 26 novembre

Comme chaque année, notre club organise son assemblée générale afin de vous présenter le bilan sportif, financier et d'élire les membres du comité directeur. Vous êtes conviés à venir, parents, adhérents de plus de 16 ans, le **vendredi 26 novembre à partir de 19h30** à l'entrée du dojo. Le verre de l'amitié et un repas sur inscription clôturera cette soirée étoilée.

### • Compétitions à venir :

- Samedi 4 décembre : **Tournoi label A Junior** - Moissac
- Dimanche 5 décembre : **Tournoi régional Minime** - Moissac
- Week-end du 11/12 décembre : **Passage de Grade** ceinture noire
- Samedi 18 décembre : **Tournoi label excellence Minime** - Toulouse



## Venez faire du Taïso

Depuis plusieurs années, notre club propose des cours de Taïso le **mercredi soir de 20h30 à 21h30**.

### Le Taïso... c'est quoi ?

Il s'agit d'une séance de sport d'une heure qui se pratique seul ou à plusieurs avec du matériel de fitness. Les cours sont ludiques et adaptés à un public souhaitant garder ou retrouver sa forme physique. L'objectif est double : maintenir ses capacités physiques sur le long terme et profiter d'une ambiance conviviale pour évacuer le stress de la journée. Muni d'un certificat médical, venez essayer cette discipline dans notre club !

## Point culture sur :

### Jita Kyoei

« Entraide et prospérité mutuelle »

Plus qu'un concept, il s'agit d'un des principes essentiels sur lesquels s'appuie le judo. C'est un enseignement, une vision du monde qui prône l'harmonie et la coopération de tous les individus, que ce soit au judo, à l'école, en famille et plus généralement dans la société. Suivre ce principe par ses actions avec les autres, telle est la voie transmise par le fondateur du judo, Jigoro KANO.

**Vous aussi, devenez partenaire du club !**  
Contactez-nous au **06.60.06.57.97**

