



## Les minimes à ETAPLES



La ligue des Hauts-de-Seine de judo a mis en place depuis plusieurs saisons des regroupements minimes dans différents clubs (E C Garches, ACBB et JJCG), ces regroupements ont permis d'obtenir une première place et plusieurs places de finalistes lors des précédentes Coupes de France minimes qui concernaient plus de 84 départements.





La Ligue a conçu une véritable stratégie pour ses minimes, du 18 au 22 avril dernier un stage hors département a été organisé au Dojo Matthieu BATAILLE à Etaples (base de repli des JO de Londres 2012) pour 25 jeunes (filles et garçons) qui ont pu se perfectionner dans différentes activités, parmi lesquelles :



- **Technique au sol,**
- **Technique debout,**
- **Randoris sol,**
- **Randoris debout,**
- **3 séries du Nage No Kata,**
- **Préparation physique,**
- **Footing,**
- **Sports collectifs.**





Ce challenge sportif s'est réalisé par un travail en commun des 2 entraîneurs bénévoles (Lamia FAKHOUR et Sébastien RADOVICI), en présence de Bernard BRIGHEL pour les Katas, de Françoise DUFRESNE pour la commission sportive, Mohammed ZOUARH responsable de la commission minimes, Cédric HENRI en tant que représentant de la Ligue.

Littérale



A notre demande Matthieu BATAILLE et Jean-Louis PRESILIER les enseignants du club ont invités des combattants venant des clubs voisins pour que nos jeunes alto-séquanais puissent se « frotter » à d'autres judokas pendant leurs entraînements.



Les jeunes profitant des phases des repos, sont allés à la plage du Touquet, ont plongé dans la mer pour certains courageux !!!



Travail, écoute pour certains, persévérance et patience pour d'autres, qualités qui ont conduit à mener à bien cette mission.

#### Le staff technique des Hauts de Seine



Nous remercions Le Club d'ETAPLES pour cet accueil chaleureux, la Municipalité pour leurs infrastructures mises à notre disposition tout au long du stage.