

1^{er} STAGE TECHNIQUE NE WAZA JUDO JU JITSU
« BRÉSILIEN »
Saison sportive 2016/2017

Professeurs présents:

CHARTIER Eric (*Coulommiers*), **ROUSSEL Loïc**, **ROLLAND Jean-Pacifique**, **THOMAS Romain**, **CORREIA David** et **GEFFRAY Laurent** (*Kodokan Club Courbevoie*), **HENAFF Jacques** (*Asnières Jujitsu*), **GIRAUDON Jean-Pierre** (*CSM Puteaux*)



Le Ne Waza a le vent en poupe et cela n'est pas une nouveauté en soi...

61 inscrits pour ce premier stage, qui s'est déroulé le dimanche 27 novembre 2016 à Courbevoie. Ce stage programmé par le Comité des Hauts de Seine de Judo a été animé par Christian PEDEN qui a proposé des éducatifs, habiletés techniques et méthodes d'entraînement. Un contenu abondant et utile que l'on soit débutant, compétiteur ou ...enseignant. De plus, la richesse technique dans le domaine du Ne Waza, l'aspect éducatif, l'aspect sécuritaire de cette pratique (*pas de projections*), le côté convivial de la discipline, attire un grand nombre de pratiquants. L'intérêt lié aux spécificités de la pratique sportive (*judo de compétition*) et l'engouement pour l'offensive, pour un Judo dit « d'attaque », sous-entend la nécessité d'être performant dans ce domaine d'action.

En guise d'ouverture, il a été proposé dans un premier temps un travail sur Ude Hishigi Juji Gatamé axé sur des éducatifs avec répétition en "boucle" de formes de corps spécifiques avec ou sans alternance des rôles.



92

COMITÉ HAUTS-DE-SEINE JUDO



Ce mode d'entrée avait pour objectif de créer un lien et un rappel avec le précédent stage.

Dans un deuxième temps, il a été proposé une thématique sur la position de la tortue avec un travail axé sur les attaques (*basiques et avancées*) avec des finalisations dans les trois domaines d'action: Osae Komi Waza, Shime Waza, Kansetsu Waza.

Une demi-journée certes très intense, mais utile pour la richesse du Judo-Jujitsu. Tous les stagiaires sont repartis avec des connaissances, un savoir-faire et un contenu que tous pourront mettre en pratique selon leurs besoins.





COMITÉ HAUTS-DE-SEINE JUDO



Je tiens également à remercier tous les professeurs qui ont participé à ce stage avec leurs élèves ainsi que tous les participants pour leur investissement et leur convivialité.

Un grand merci également au Kodokan Club Courbevoie et à son Président Charles ROUILLIER pour son accueil et l'organisation de ce stage ainsi qu'à la présence de Mr Cédric HENRI Vice-Président Trésorier Général de la Ligue Ile de France de Judo.



Christian PEDEN
Responsable de la Commission Ne Waza 92
Formateur Départemental Ne Waza 92
Elu comité Directeur