

Votre club, le JUDO CLUB SREG MULHOUSE...



JUDO CLUB SREG MULHOUSE

Editorial

Chers amis

En cette fin de saison sportive le bilan des résultats est globalement très satisfaisant pour notre club. La fin de saison est aussi propice pour vous parler d'avenir et évoquer nos projets.

D'ores et déjà, nous vous proposons de découvrir notre nouvelle grille d'activités pour la rentrée de septembre.

La pratique du judo et de la self – défense promeuvent la préparation physique et mentale. Notre art martial est source d'équilibre et d'éducation. Nous transmettons des valeurs et des principes qui sont essentiels dans un monde et une société qui évoluent rapidement. Nos repères et nos enseignements restent d'actualité parce qu'ils sont fondamentaux.

Le judo et la self –défense s'adressent à tous les publics.

Le JUDO CLUB SREG MULHOUSE vous réserve le meilleur accueil dans un environnement d'exception. Une équipe pédagogique de qualité et d'expérience vous permettra de découvrir nos disciplines et pour ceux qui le souhaitent de vous préparer à la compétition.

Vous pourrez également privilégier les recherches sur la technique, voire philosophiques.

Alors, à la rentrée, prenez la Judo attitude, rejoignez nous

Le Président

Bulletin d'information des SREG n°3

Votre club, le JUDO CLUB SREG MULHOUSE...

Le parcours d'un Maître du Judo-jujitsu en 10 questions

Interview de **Freddy ROSENZWEIG, ceinture noire 7^{ème} DAN** (1^{er} Vice – Président de l'Union Européenne de Judo – Président de la Ligue d'Alsace de Judo de 1974 à 1980 et de 1998 à 2004 – Membre de la Chancellerie du Mérite des C.N de la FFJDA)

Quand avez-vous débuté en judo et pourquoi ?

- J'ai fréquenté mon premier dojo en 1954, à 17 ans. C'était l'âge où l'on fréquentait les bals dans lesquels il y avait souvent des bagarres. Je voulais apprendre à mieux me battre. C'est aussi l'âge où l'on se fait des « amis à vie » et j'en avais un (Dany MAYER) qui était C. Orange chez Roger JOUAN. Comme j'étais étudiant, c'était moins cher au SEC (Strbg Etudiant Club) où j'ai donc d'abord pratiqué. Dès l'année suivante, j'ai rejoint mon ami qui, entre temps, avait suivi Etienne DRYOT pour créer un nouveau club.

Quels souvenirs avez-vous de vos professeurs ?

- Mes différents professeurs m'ont tous marqué. Comme débutant, je les trouvais impressionnants, sérieux, et respectables. Par la suite, après le 1^{er} dan, en 1962, je suis devenu plus critique et plus exigeant. J'ai recherché un professeur qui enseignait aussi les katas, ce qui était rare à l'époque. J'ai donc opté, avec un petit groupe d'amis, de rejoindre l'ASOR Schiltigheim, le club de Fernand SIMON. C'est en lui que je reconnais mon vrai professeur. Nous avons parcouru un long chemin ensemble. Grâce à lui, j'ai aussi rencontré NAKAZONO Sensei qui enseignait l'aikido. Il était 7^e dan d'aikido et 6^e dan de judo et m'a fait entrevoir une nouvelle dimension du judo, sans force.

Pourquoi cette envie permanente de progresser ?

- Le grade fait partie de notre conception du judo. Il est normal, quand on pratique le judo, d'accepter la notion de grade. A partir de cette conclusion, si on progresse et si on s'améliore en judo, par respect, on se doit de se soumettre à ce contrôle de compétence (shiai, technique ou shin). Quand j'étais 3^e dan, la mode était de dire que le grade n'est pas important et beaucoup autour de moi ne faisaient plus l'effort de se rendre aux passages de grades. J'ai donc rassemblé un petit groupe et nous nous rendions ensemble aux passages de grades « pour le plaisir ». Tous sont devenus 4^e dan et certains 6^e.

Quel évènement vous a marqué dans votre vie de judoka ?

- La plus belle aventure que j'ai vécue en judo fut la création de la FODEDI (formation des dirigeants). La vice-présidence de l'Union Européenne fut aussi une période exceptionnelle.

Des rencontres qui vous ont marqué ?

- J'ai rencontré et fréquenté de nombreux personnages en judo. J'ai encore actuellement des amis « très proches » qui sont remarquables. Chacun m'a marqué par un trait de caractère qui lui est propre et il m'est difficile de faire le tri. Ce sont des gens au caractère bien trempé et respectueux de la personnalité de l'autre. Pour en citer quelques uns qui sont connus : Georges PFEIFER, président de la FFJDA & du CNCN, François BESSON, directeur de la F.I.J, Josiane LITAUDON, vice-présidente FFJDA, Jean-Claude BRONDANI, vice-président de la FFJDA et médaillé olympique, Kurt KUCERA, président de l'U.E.J.,.....

Une valeur importante à exprimer ?

- La valeur ou le principe important dans le judo, à mon avis, est inclus dans sa dénomination. Elle est double : « Ju » et « Do ». Le principe de suivre une voie, de progresser, de ne pas s'arrêter. Et le principe de gagner, même s'il faut céder d'abord pour trouver une issue favorable. Le judo s'est entouré d'autres valeurs importantes qu'il serait intéressant d'évoquer plus longuement.

Pourquoi enseigner ?

- Enseigner, c'est permettre à d'autres de progresser. C'est la convivialité qui est intéressante, car s'il existe des plaisirs individuels en judo (réussite, victoire), mes grands moments de plaisir ont été en groupe, en équipe. Enseigner, c'est rechercher ensemble le progrès. La grande satisfaction en enseignant, c'est d'amener ses partenaires à son niveau pour pouvoir continuer ensemble à étudier, pour aller plus loin encore.

Un conseil à prodiguer ?

- Pour poursuivre l'étude et la pratique du judo, il faut trouver un environnement plaisant, agréable et de qualité : le dojo, les professeurs, les partenaires. Personnellement, je me suis aussi efforcé d'avoir d'autres intérêts dans la vie, car le judo tout seul m'effraye et me stérilise.

Pratiquer longtemps est-ce possible ?

- Je conçois mal de ne plus pratiquer, car je fais constamment du judo dans ma tête. Quand j'étais plus jeune, le plaisir était de gagner, de faire de beaux mouvements, d'en maîtriser la préparation et l'enchaînement. Actuellement, c'est de comprendre et de partager. Il est relativement facile de participer à un enseignement dans un club. Par contre, avec l'âge, c'est difficile de trouver des partenaires avec qui la pratique est aisée et plaisante : les jeunes sont impétueux, les plus âgés sont raides et rugueux, peu sont à la recherche du plaisir partagé et du progrès par une meilleure compréhension. La pratique des katas est très plaisante si on a un bon partenaire. Je rêve aussi de faire des randoris, mais il me faut une personne à mon niveau d'aptitude physique : la force musculaire est réduite, le souffle est court, les coups sont douloureux.

Une conclusion....

- La pratique continue du judo est une satisfaction qui n'empêche pas les autres satisfactions de la vie. S'arrêter, c'est une amputation personnelle qui peut s'accepter momentanément, mais qui se justifie rarement.

Interview : Marcel BRENGARD

Votre club, le JUDO CLUB SREG MULHOUSE...

Les graines de champion du Judo Club SREG Mulhouse Palmarès 2008 -2009 d'Edouard MEYER et de Charlotte LEDIEU

- **Edouard MEYER et Charlotte LEDIEU** : 1er au Tournoi SCHULER à Mulhouse et 1er à la Coupe des jeunes à Wittenheim
- **Edouard MEYER et Charlotte LEDIEU** : 1er aux trois rencontres du District de la Hardt et qualifiés en finales de Districts dans l'équipe de la Hardt
- **Charlotte LEDIEU** en Minimes – 52 kg : 3ème aux Championnats du Haut - Rhin, 2ème et Vice - championne d'Alsace
- **Edouard MEYER** en Minimes – 66 kg : 1er et Champion du Haut - Rhin et 3ème aux Championnats d'Alsace

Nos deux compétiteurs se sont qualifiés le 17 mai 2009 pour les Championnats d'inter-régions Nord-Est à Besançon.

Un entrainement peu ordinaire s'est déroulé le 10 mars 2009 au Judo SREG Mulhouse en présence des parents des plus jeunes élèves.



Pierre Olivier CEBEILLAC, 18 ans, a débuté le Judo aux SREG Mulhouse à l'âge de 8 ans, sous la houlette de Marcel BRENGARD. Deux enseignants du club Yannick SCHUVER et Fabrice LOCHET lui ont remis sa ceinture noire

La soirée s'est poursuivie par des remises de distinctions :

- **Françoise BRENGARD**, dirigeante exemplaire occupe le poste de secrétaire depuis 1985 date de création du club. Elle a été honorée de la médaille d'argent de la Ligue d'Alsace de Judo-Jujitsu.
- **Yannick SCHUVER** professeur BEES 2 du club et ceinture noire 4^{ème} DAN, s'est vu décerner les Palmes de Bronze de la FFJDA

Deux compétiteurs Charlotte LEDIEU et Edouard MEYER se sont vu remettre un présent récompensant leurs résultats au plan départemental et régional



Y. Schuver F. Brengard et à ses côtés : E Meyer, P. O Cebeillac, Ch. Ledieu (3^{ème} à droite) (en rouge)

Cette soirée a par ailleurs été l'occasion de montrer les différentes pratiques du Judo-jujitsu. Les enfants ont démontré leur savoir faire devant des parents ravis. Les adultes se sont aussi employés à des démonstrations techniques plus avancées : Harry HERBAUT 6ème DAN et Pascal DUFFNER 3ème DAN en self défense, Marcel BRENGARD et Pascal DUFFNER (professeur à Kembs) pour le Kime no kata.

Votre club, le JUDO CLUB SREG MULHOUSE...

Tournois d'Altkirch : 10 podiums = 2 places de 1er / 4 places de 2ème / 4 places de 3ème



Pierre Olivier CEBEILLAC et Mickaël MEYER

1^{er} en minimes Garçons - de 66 kg Edouard MEYER
1^{er} en poussins - 30 kg Antoine EBERSOLD
2^{ème} en juniors - de 66 kg P.O CEBEILLAC
2^{ème} en poussins - de 27 kg Théo SCHIEFFER
2^{ème} en poussins - de 48 kg Bastien KOHLER
2^{ème} en séniors + de 100 kg Antoine MAURER
3^{ème} en poussins - de 33 kg Julien WALTER
3^{ème} en benjamins - de 46 kg Lucas HIGELIN
3^{ème} en benjamins - de 46 kg Thomas NAAS
3^{ème} en juniors - de 66 kg Mickaël MEYER

.....
SAISON 2009- 2010 : Les activités débuteront le 15 SEPTEMBRE 2009

PREINSCRIPTIONS les 7 & 8 SEPTEMBRE de 18h00 à 19h30 au Complexe sportif

MARDI : de 18H00 à 19H30 - **COURS JUDO - ENFANTS DE 6 à 12 ANS**

de 19H30 à 21H00 - **COURS JUDO - ADULTES & ADOLESCENTS ***

MERCREDI : de 19H30 à 21H15 - **COURS JUJITSU - SELF DEFENSE (15 ans et plus)**

JEUDI : de 19H00 à 20H30 - **COURS JUDO - ADULTES & ADOLESCENTS ***

(* adolescents à partir de 13 ans)

LUNDI : de 10H00 à 12H00 **PREPARATION des HAUTS GRADES**
de 14H00 à 18H00

DIMANCHE : de 10H00 à 11H30 - **PREPARATION aux PASSAGES de GRADES – KATAS –
PERFECTIONNEMENT JUDO – JUJITSU**

COTISATIONS 2009-2010 : 135 - € (Tarif inchangé, Licence FFJDA comprise)

Un abattement de 10 - € sera consenti aux agents EDF - GDF ainsi qu'à leurs conjoints et enfants. Demi-tarif pour le 2^{ème} et 3^{ème} licencié au sein d'une même famille (hors licence)

Infos utiles ...

Courriel : judo.sreg.mulhouse@free.fr

Votre Prochain Bulletin en Octobre 2009

Dojo au complexe sportif CMCAS chemin de Brunstatt RIXHEIM