L'observateur du valenciennois
Vendredi 26 janvier 2018

Un club de judo aux multiples activités

BRUAY-SUR-L'ESCAUT Le club de judo de Bruay a plusieurs cordes à son arc. Outre le judo, son activité principale, il propose d'autres alternatives à ses licenciés : marche nordique, motricité, formation de gestes aux premiers secours…

Créé il y a vingt-huit ans, le Judo Club de Bruay-sur-l'Escaut compte à ce jour quatre-vingt-trois licenciés. Dès 4 ans, les enfants peuvent pratiquer le baby-judo en effectuant des jeux d'opposition.

DU JUDO DÈS 4 ANS

Le baby-judo permet de créer des liens uniques tout en s'amusant et en développant la motricité de l'enfant. Pour lui, c'est une autre forme de sociabilisation, et cette activité est placée sous la responsabilité de professeurs diplômés. Entre 6 et 13 ans, c'est l'apprentissage des techniques qui prime sur la compétition. A partir de 14 ans, l'aspect compétition est privilégiée grâce à Nicolas Goffo et Nadège Canonne, deux professeurs titulaires du brevet fédéral FSGT de judo et du PSC1. *« Parfois, les entraînements sont rudes et durs,* soulignent-ils, *mais ceux-ci portent leurs fruits. Chaque année, le club truste les podiums aux championnats régionaux et nationaux »*.
En février, le club présentera des judokas lors de la qualification pour les championnats de France FSGT via le biais de ses vétérans et ses juniors, les autres catégories se faisant plus tard dans la saison.
Le club propose pour les tout-petits, dès 18 mois, des parcours de débrouillardises le mercredi de 17h à 17h45. Tout au long du parcours, ils sont accompagnés d'un parent. Des cours de préparation physique et d'entretien, le lundi soir de 20h à 21h15.

Judo

Le terme « judo » a été formé à partir de deux mots japonais : « ju » = souplesse ;« do » = voie ou chemin. Le judo est donc « la voie de la souplesse ». Le judo est une discipline olympique depuis 1964 et il est pratiqué dans 187 pays.

De la marche nordique, du baby-judo, de la préparation physique…

RDV CE DIMANCHE POUR LA MARCHE NORDIQUE

Par ailleurs, une section de marche nordique a vu le jour le jeudi soir durant le cours de judo de 18h45 à 19h45. Le prochain événement a lieu ce dimanche 28 janvier au départ de la mairie de Bruay, pour un parcours de 8,3 km (renseignements : jcbruay@gmail.com).
Enfin, des stages sont mis en place lors des vacances scolaires. Le prochain portera sur les gestes de premier secours pour les judokas, ainsi que leurs parents. *« Notre club est très convivial, sérieux avec deux encadrants diplômés, et il propose des tarifs familles abordables. Tout le monde a sa place »*, conclut le président du club, Alain Goffo.

Pratique

Contact au 07 77 07 42 42. Dojo, complexe sportif Jean-Philippe Gatien, rue Hoche à Bruay.
Site internet du club : https://judobruay.jimdo.com/