

► OFFICE JACQUOLANDIN DES SPORTS

Nouvel élan pour le Judo club de St-Jacques

Après quelques années de sommeil, le Judo club de St-Jacques connaît un nouveau dynamisme. Il compte aujourd'hui quelque quatre-vingts licenciés dont les plus jeunes n'ont que... 4 ans.



Edouard Caro, président du Judo club, ne cache pas sa satisfaction de voir les inscriptions fleurir à chaque rentrée. Le sportif, âgé de 43 ans, pratique le judo depuis l'âge de cinq ans, avec seulement une période d'interruption de huit ans. Originaire de Ploërmel dans le Morbihan, arrivé à St-Jacques en 2004, il détient son 3^e dan : « D'emblée, confie-t-il, je me suis intéressé à la vie de ce club auquel je suis profondément attaché. Avec la nouvelle équipe dirigeante, nous voulons remettre progressivement le navire à flot et fidéliser les adeptes des arts martiaux ». Priorité à la convivialité, au plaisir du sport et au bien-être... Au Judo club, on ne pousse pas à la compétition : « La pratique de ce sport, c'est avant tout le maintien d'une bonne condition physique, de la concentration et d'une prise de confiance en soi ».

> Développer la pratique du Taïso

Les entraînements ont lieu au dojo du stade Allende, le mardi, de 17h30 à 21h30, pour les adultes et pré-judo ; le mercredi, de 16h30 à 17h30, pour le baby-judo ; le jeu-

di, de 20h à 20h45 pour le taïso ; le jeudi, de 20h à 21h30 pour le judo self-défense et techniques kata ; le samedi, de 9h30 à 12h30. De temps à autre, le club organise des stages pour approfondir une technique particulière : « Nous prévoyons de participer à la rencontre interclubs qui aura lieu en février. Régulièrement, nous participons à des rencontres amicales avec les clubs de Guichen, Bain-de-Bretagne, Saint-Pern, La Tour d'Auvergne à Rennes, Saint-Erblon... »

Le club révèle aussi des talents. Trois membres ont passé cette année leur ceinture noire de jujitsu. L'équipe souhaite développer la pratique du taïso, gymnastique japonaise douce, bien adaptée, en particulier, pour les personnes âgées : « C'est une méthode moderne, construite à partir d'exercices traditionnels : une bonne porte d'entrée pour découvrir le judo ».

La nouvelle équipe dirigeante est constituée d'Edouard Caro, président, Vincent Blanchard, trésorier, William Hardouin, secrétaire, Laurent Beucher et Gurvan Pennors, membres. L'équipe technique : Bruno Favron, professeur BE 2^e dan, enseigne le jujitsu, le taïso et le judo pour adultes ; Alan Raoul encadre le baby-judo, pré-judo et pré-ados et Marcel Quotonou encadre les pré-judo.

TR

► CONTACT :

02 99 35 63 56
judostjacques@gmail.com.

> Alan Raoul encadre les enfants de 6 à 8 ans

