



Belle Performance

Guillaume CHAINE Médaille d'argent Championnat de France

REGROUPEMENTS
FÉMININS

STAGE LYON

COMPÉTITIONS





Lors de l'Assemblée Générale du 1^{er} Mars 2024, vous avez élu une nouvelle équipe gouvernante. Le Comité Directeur et moi-même tenions tout d'abord à vous remercier pour la confiance que vous nous avez accordée et vous assurer que nous ferons le maximum pour que le projet « Los Angeles 2028 » soit une réussite pour le COS Judo.

Je tenais également à adresser mes remerciements à M. Jean-Pierre Chasseray, qui après de nombreuses années passées au club et de beaux projets, a décidé de passer la main.

Après la deuxième place de notre équipe séniors lors des derniers Championnats de France derrière le PSG de Teddy Riner, le club a décidé de mettre en place un nouveau pôle performance afin d'aider les jeunes à progresser et porter haut les couleurs du COS sur les podiums

nationaux. Guillaume Chaine, champion olympique par équipe, sera à la tête de ce projet ambitieux.

Les principaux projets du club seront également reconduits la saison prochaine : L'école de Judo et le scolaire, Jeun'Handi, Ascenseur Social et Judo Féminin. prouvant encore une fois la forte implication du club dans le domaine social et dans la dynamique associative sartrouilloise.

A l'heure de l'écriture de ces lignes, la campagne d'inscription bat son plein et vous êtes déjà près de 400 à nous avoir renouvelé votre confiance.

Merci à vous et bonnes vacances. Nous avons hâte de vous retrouver en pleine forme en septembre pour une nouvelle saison qui s'annonce prometteuse.

Président du CO Sartrouville Judo,
Guillaume SOCHON



«Entraide et Solidarité»

Le COS ces dernières années a résisté. Mieux encore, a progressé. C'est le fruit des efforts fournis par tous les bénévoles et notre encadrement.

Je voudrais les remercier pour leur engagement, et leur inventivité pour faire face à des situations inédites. C'est une fierté collective d'avoir contribué, ensemble, au bon fonctionnement du CO Sartrouville Judo.

«Nouvel élan, place à l'action»

Ce nouvel élan se concrétise sous l'impulsion de la nouvelle équipe dirigeante, guidée par Guillaume SOCHON notre président.

Le CO Sartrouville Judo est bel et bien dans l'action.

Je m'en réjouis.

Un nouveau COS est en train de se construire, de se poser pour répondre aux différents défis qui vont lui être proposés sur cette nouvelle Olympiade.

Allez le CO Sartrouville Judo,
Jean-Pierre CHASSERAY

Sommaire

Campagne Réinscriptions.....	5
Assemblée Générale.....	6-7
Regroupement Féminin avec Margaux PINOT.....	8
Regroupement Féminin avec Martha FAWAZ.....	9
Stage Pâques.....	10
Stage Lyon.....	11
Compétitions IDF.....	12
Compétitions par équipes.....	13
Compétitions.....	14
La Fête du Sport & Calendrier.....	15

Directeur de la publication : Guillaume SOCHON ; **Responsable Rédaction :** Johann ROUX ; **Sécretaire de Rédaction :** Sofia ABREU NUNES ; **Equipe de rédaction :** Sofia ABREU NUNES, Melvyn DUARTE SILVA, Kervens GABRIEL et Benji KINGUNZA ; **Relecteur correcteur :** Géraldine GIBIAT et Johann ROUX ; **Maquette :** Sofia ABREU NUNES et Benji KINGUNZA ; **Crédits Photo :** CO Sartrouville Judo et Kervens GABRIEL ; **Périodicité :** Bimestriel ; **Date de parution :** Juin 2024 ; **Date de Dépôt Légal :** Avril 2021 ; **ISBN en cours**

* «Le Code de la propriété intellectuelle et artistique n'autorise, aux termes des alinéas 2 et 3 de l'article L.122-5, d'une part, que les copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective» et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, «toute représentation ou reproduction intégrale, ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite» (alinéa 1^{er} de l'article L. 122-4). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code pénal.»

Campagne Réinscriptions

Les réinscriptions pour 2024/2025 sont ouvertes !

Venez vous inscrire :

- au Siège du club : ouvert du lundi au vendredi de 9h30 à 16h30
- au dojo Richard Sitbon : samedi de 9h30 à 18h
- au dojo Romain Rolland : pendant les horaires des cours

Tarif préférentiel pour toute réinscription **avant le 15 juillet !**

Cours	Cotisation	Licence	Total Réinscription
Oursons	215 €	41 €	256 €
Pandas	235 €	41 €	276 €
Judo	265 €	41 €	306 €
Ceinture Noire	15 €	41 €	56 €
Compétiteurs	55 €	41€	96€
TAISO & CIRCUIT TRAINING	225 €	41 €	266 €

Réinscriptions aux tarifs 2023/24 jusqu'au 15 juillet



- Merci de faire 1 règlement par dossier
- Tout adhérent s'engage à respecter les statuts et le règlement intérieur du club
- **LA COTISATION EST DEFINITIVE ET NON REMBOURSABLE**

Paiement : Chèques (nom enfant au dos), Espèce (sous enveloppe nominative), Virements (préciser nom et cotisation dans le libellé), Pass +, Pass'sport, Pass Lycée (chèque de caution demandé), Chèques vacances et Coupons Sport (nom du détenteur et sous enveloppe avec nom enfant à préciser)

Possibilité de paiement en plusieurs fois (au 15 ou au 30 de chaque mois) / Réduction famille applicable.

Le questionnaire médical (pour les mineurs) ou le certificat est obligatoire

Cours DOJO RICHARD SITBON
123, Avenue de Tobrouk - Sartrouville



Cours DOJO ROMAIN ROLLAND
6, Rue de Marseille - Sartrouville

2024
2025

LUNDI	MERCREDI	SAMEDI	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		09h30-10h15 Oursons	09H45-10h45 Circuit Training Poussins/ Benjamins			14h00-14h45 Pandas			14h00-14h45 Pandas
		10h30-11h15 Oursons	11h00-12h00 Circuit Training Minimes à Seniors			14h45-15h45 Tigres 2			14h45-15h45 Tigres 2
		11h30-12h15 Pandas				16h00-16h45 Oursons			
	13h00-13h45 Pandas	13h00-13h45 Pandas		17h15-18h15 Tigres 1	17h30-18h45 Pumas		17h15-18h15 Tigres 1	17h30-18h45 Pumas	
	13h45-14h45 Tigres	13h45-14h45 Tigres		18h15-19h15 Jaguars	18h45-20h15 Lions		18h15-19h15 Jaguars	18h45-20h15 Lions	
	14h45-15h45 Jaguars	14h45-15h45 Jaguars		19h15-20h00 Cours Compétitions Poussins/Benjamins			19h15-20h00 Cours Compétitions Minimes à Seniors	20h15-21h15 Katas	
	15h45-16h45 Pumas	15h45-16h45 Pumas							
	16h45-18h00 Lions	16h45-18h00 Lions+CJS							
17H30-18h30 Ne Waza Poussins/Benjamins	18H15-19h00 technique- katas	18h00-19h00 Ne Waza Minimes à Seniors							
19h00-20h30 CJS+Rois Lions	19h00-20h45 CJS+Rois Lions								
20h45-21h45 Adultes Loisirs Renfo/cardio <i>Sur Evariste Gallois</i>	20h45-21h45 Adultes Loisirs Renfo/cardio								
21h45-22h30 Adultes Loisirs	21h45-22h30 Adultes Loisirs								

Horaires des cours
réinscriptions :
Consulter les
professeurs

Assemblée

Nouvelle équipe de l'Assemblée Générale

L'Assemblée Générale du CO Sartrouville Judo s'est déroulée le vendredi 1 mars 2024 à l'Espace Gérard Philipe de Sartrouville.

Jean-Pierre CHASSERAY, après de nombreuses années au sein du club, a décidé de se retirer. Une nouvelle équipe a donc été élue autour de **Guillaume SOCHON** qui devient le nouveau président du club. Ci-dessous la nouvelle organisation :

Président

Guillaume SOCHON



Bureau Exécutif

Jean-José NABAIS



Vice-Président
Richard Sitbon

Serge VINCE



Vice-Président
Romain Rolland

Marilucia PEREIRA



Trésorière

Dominique ROUX



Secrétaire
Générale

Céline SANCHEZ



Secrétaire Générale
Adjointe

Secrétaire

Géraldine GIBLAT



Générale

Comité Directeur



Vie Associative



Boutique



Haut Niveau



Jeunes Pépites



Gestion Site Internet



Vie Associative



Boutique



Action Féminine Ascenseur Social



Vétéran

Encadrement Saison 2024-2025



Directeur Technique



Ecole de Judo Scolaire Stages



Haut Niveau



Ecole de Judo Scolaire Stages Musculation



Ecole de Judo Scolaire Stages IME Taïso / Adultes



Pôle Performance Jeune Cadet - Junior - Jeune Senior Pôles Musculation

Regroupements

Regroupement Féminin Margaux PINOT



© CO Sartrouville Judo

Le dimanche 3 décembre 2023, les jeunes judokates ont eu la chance de participer au premier regroupement féminin de la saison organisé par le CO Sartrouville Judo. L'événement était animé par Margaux PINOT, championne olympique par équipe.

Les participantes ont été accueillies chaleureusement au dojo Richard Sitbon et ont pu échanger avec la championne lors d'un entraînement intensif. Des poussines aux vétérans, c'est **200 judokates** qui ont eu l'occasion de participer à cette journée d'apprentissage et de partage. Elles ont pu découvrir de nouvelles techniques et améliorer leur judo grâce aux des recommandations avisées de la nouvelle championne du monde. La journée s'est achevée sur une session photos, autographes et par la remise de deux ceintures noires à Céline IDDIR et Noelyne GNAOUA. Ceintures délivrées par Margaux PINOT en personne !

Grâce à des événements comme celui-ci, le club continue de promouvoir la pratique du judo féminin chez les jeunes et d'accompagner ces dernières dans leur développement personnel et sportif comme nous le confirme Margaux PINOT :

"Je trouve que c'est une super initiative de la part du club de judo de Sartrouville, car c'est quelque chose que nous ne retrouvons pas dans d'autres clubs".

Merci à Johann ROUX pour l'organisation de cet événement, ainsi qu'aux athlètes de l'équipe de France pour leur disponibilité et leur confiance.

Le club se félicite de la réussite de cette journée et espère que cela encouragera davantage de jeunes filles à s'investir dans la pratique du judo. Un sport qui, comme le confirme Margaux PINOT, est ouvert à tous et toutes !

"Le judo est un sport plutôt masculin, mais aujourd'hui le judo féminin se développe dans les clubs et c'est génial de transmettre cela à des filles !".

Sofia ABREU NUNES



© CO Sartrouville Judo

Cliquez [ici](#), pour regarder la vidéo du Regroupement !

Regroupement Féminin Martha FAWAZ



© CO Sartrouville Judo

Le dimanche 3 mars, le club organisait conjointement avec la commission féminine des Yvelines un regroupement féminin au Dojo Richard Sitbon. Il était animé par **Martha FAWAZ**, vainqueur de la Champions League 2023 avec le PSG Judo, et championne France sénior 2023.

Plus de **120 judokates** de baby judo à séniors, étaient présentes pour cet événement. Elles ont pu profiter des conseils avisés et précis de Martha. La jeune championne, passée par le club Poissy, leur a prodigué des recommandations précieuses sur la posture, la position des pieds pour l'équilibre, les déplacements, l'attaque mais aussi l'importance d'apprendre à se relever quand on tombe, dans la vie comme au judo.

Les judokates ont ensuite pu interagir avec Martha avec une séance de questions-réponses où elle a parlé du harcèlement qu'elle a subi à l'école et comment le judo l'a aidée à surmonter ses problèmes.

La masterclass s'est poursuivie par une longue séance de photos et d'autographes.

Pour ces jeunes judokas en herbe, cette expérience restera inoubliable. Elles ont été inspirées par le parcours exceptionnel de Martha FAWAZ et ont trouvé en elle une source de motivation et d'inspiration.

Mary-Joe ASSAF



© Keruens GABRIEL



© Keruens GABRIEL

Cliquez [ici](#), pour regarder la vidéo du Regroupement !

Stage Pâques

Les vacances de Pâques au CO Sartrouville ont été très animées cette année. Du 15 avril au 19 avril, le stage a eu lieu au sein de notre club. Au programme, pratique du Judo, entraînement à la piscine, visionnage d'un film d'animation au cinéma et sortie au Zoo de Thoiry.

Pendant ces vacances, nous avons accueilli plus de **200 enfants**, des cours allant des tigres aux lions, durant cinq jours. Divisés en quatre groupes différents, ils ont chacun pu participer aux multi-activités proposées.



Sur le tatami du dojo Richard Sitbon, nos jeunes combattants ont participé à des cours de **judo**. Échauffements et mini-jeux ont été au rendez-vous mais n'oublions pas, la pratique de notre noble sport. Plusieurs démonstrations de prises nouvelles ou déjà acquises, ont été reprises par nos jeunes afin de les faire travailler. Nos accompagnants scrutent chaque pas pour qu'ils puissent s'améliorer de jour en jour. Merci à nos judokas, volontaires, qui ont épaulé notre professeur pendant les cours de judo et ont permis de faire évoluer les capacités des petits, dans un cadre respectueux des valeurs du judo.

Malgré la météo de la semaine, nos enfants se sont rendus à la piscine pour profiter des structures du **CAP Sartrouville**. Nos judokas ont pu, pour certains, apprendre à nager et pour d'autres se perfectionner à la natation. Un moment de plaisir au petit bassin était aussi donné pour relaxer et

les remercier de leurs efforts. A leurs côtés, des maîtres-nageurs étaient là pour les encadrer et tirer le maximum de chacun d'entre eux. Ce stage a été l'occasion pour le club de renforcer son partenariat avec Le Cap. Il est important pour nos judokas de se diversifier et la piscine de Sartrouville est un endroit idéal pour cela.



D'autres surprises en dehors du sport, leur ont été également proposées. En milieu de semaine, ils ont pu prendre une après-midi pour se détendre et profiter d'un film d'animation au **cinéma de Sartrouville**. En fin de semaine, c'est à Thoiry que les enfants se sont rendus afin de profiter d'une journée au **Zoo**. C'est sourire aux lèvres qu'ils ont découvert les différentes espèces présentes sur place.

Ce fut une belle réussite pour le CO Sartrouville Judo, puisque les enfants tout comme les parents ont été impressionnés par les activités mises en place ! Rendez-vous bientôt pour nos prochains stages !

Benji KINGUNZA

Cliquez [ici](#), pour regarder la vidéo du Stage !



Stage Lyon

Patrice
professeur



CAMOZZO
de judo

Nous parle du stage à Lyon de cette saison et nous apporte plus de détails pour celle de l'année prochaine :

Qu'est ce que vous avez fait pendant le stage ?

Les journées étaient rythmées entre activités multiples au camping et entraînements de judo le soir.



Camping

Pour les plus petits club enfants, piscine, sports collectifs. Pour les plus grands préparation physique, sport-collectifs, tennis piscine...



Entraînements

Pour tous dans les clubs de mes professeurs lorsque j'étais enfant :
Co Chandieu - Judo Club Ecully, Union Judo Rhône section corbas

Pour les benjamins minimes cadets des entraînements en plus :
Section sportive de Lyon



Combien de participants ?



41 stagiaires
10 encadrants

Les objectifs de ce stage ?

- Cohésion de groupe et de clubs
- Découvrir ma région enfance et mes professeurs
- Préparer les compétitions de fin de saison

Quelles sont les prochaines dates du stage de Lyon ?

12 au 19 avril 2025

Compétitions IDF

Tournoi Juniors de Ecquevilly

Le **samedi 13 janvier 2024**, onze judokas et quatre judokates du CO Sartrouville Judo ont eu l'honneur de participer au Tournoi Juniors d'Ecquevilly. Plus les combats avançaient, plus le niveau des participants et de nos athlètes était élevé.

A la fin de la compétition, plusieurs de nos jeunes ont gagné une médaille d'or, d'argent et de bronze. Monis LOUH, Ugo FONANT, Melvin BAZIRE, Marjorie SCOTTI, Céline IDDIR, Rayan KENMEUE, Arthur KENMEUE, ont assuré leur première place. Agathe MILHAVET et Hamza CHIKH, ont décroché la deuxième place. Daniel ROGOJINARU et Enzo SARDINHA, ont fini à la troisième place.

Merci à Cédric CAILLON, entraîneur et à tous nos sportifs pour la motivation dont ils ont fait preuve dans ce tournoi.

Adiunela ROSARIO BAESSA



© Kervens GABRIEL

Compétition IDF Séniors à Nanterre



© Kervens GABRIEL

Le **samedi 27** et le **dimanche 28 avril**, trois de nos judokas, Feroudja IDDIR, Robin CORRADO et Adrien GEOFFROY, ont brillamment participé à la compétition IDF Séniors qui s'est tenue à Nanterre.

Feroudja IDDIR, junior de première année, s'est distinguée en terminant à la troisième place. Cette performance remarquable lui permet d'accéder à l'élite du judo français, en se qualifiant pour le Championnat de France 1^{ère} division.

Robin CORRADO a également fait honneur à notre club en remportant la médaille d'or, une victoire qui témoigne de son talent et de sa détermination. Adrien GEOFFROY, malgré une mauvaise entame lors du premier tour, a su rebondir et décrocher une médaille de bronze, montrant ainsi son esprit combatif et sa persévérance.

Ce week-end a été marqué par des performances exceptionnelles de nos judokas, qui continuent de porter haut les couleurs de notre club. Félicitations à eux pour ces résultats impressionnants et rendez-vous au Championnat de France !

Benji KINGUNZA

Compétitions par équipes

Compétition IDF Équipes Juniors



Le **samedi 16 mars**, la compétition IDF Équipes Junior s'est tenue à Brétigny, où notre équipe féminine a brillé par ses performances exceptionnelles.

Nous adressons toutes nos félicitations à notre équipe féminine juniors, qui est devenue Vice-championne d'Île-de-France. Cette performance remarquable qualifie notre club pour les championnats de France. Voici les

athlètes qui ont contribué à ce succès : Céline IDDIR, Agathe MILHAVET, Marjorie SCOTTI, Maryam MARTINEZ FRANCISCO, Feroudja IDDIR, Katell HERY et Rose AFRIT (Le Perray en Yvelines).

Nous tenons à remercier chaleureusement Le Perray en Yvelines pour nous avoir prêté une athlète, Rose AFRIT. Cette médaille et cette qualification sont aussi les leurs.

Nous avons également une pensée particulière pour Katell HERY, blessée au coude, qui a fait preuve d'un immense dévouement en atteignant le poids nécessaire pour aider l'équipe à se qualifier. Nous lui souhaitons un prompt rétablissement.

Félicitations à toutes pour cette belle performance et rendez-vous aux championnats de France !

Benji KINGUNZA

Championnat de France Junior par Équipes

Le dimanche **2 juin 2024**, les championnats de France junior par équipes ont eu lieu à l'Institut National du Judo. Notre équipe junior féminine, après avoir terminé deuxième en Île-de-France, s'est rendue à ces championnats avec une motivation sans faille.

Ce groupe a montré une volonté remarquable en remportant deux confrontations contre le club de Toulon et celui de Shaigin. Malheureusement, les filles ont été arrêtées en huitième de finale par le club toulousain. Cependant, le plus important ne réside pas dans cette défaite.

Cette compétition a été très encourageante pour une équipe composée majoritairement de cadettes et de juniors première année. Ce n'est que le début d'une belle aventure et une promesse de futurs succès.

Melvyn DUARTE-SILVA



Compétitions

Championnat de France 1^{ère} Division



Le **18 et 19 novembre 2023**, Caen a accueilli le Championnat de France de Judo 1^{ère} Division, six valeureux compétiteurs : Antonin BLANDIN (-73kg), Guillaume CHAINE (-73kg), Etienne DELVERT (-81kg), Robin CORRADO (-66kg), Cédric CAILLON (+100kg) et Adrien GEOFFROY (+100kg), ont représenté le CO Sartrouville judo.

Les judokas ont livré des duels passionnants, et malgré la féroce concurrence, Antonin BLANDIN, Robin CORRADO, Adrien GEOFFROY et Cédric CAILLON, après un très bon parcours ont été malheureusement non classés. Etienne DELVERT termine au pied du podium, 5^{ème} place. Quant à Guillaume CHAINE, il décroche une très belle médaille d'argent à ce Championnat de France.

La compétition s'est avérée un succès, mettant en lumière la détermination et la qualité de nos judokas. Merci à coach Vincent MASSIMINO, pour son implication et sa détermination.

Kervens GABRIEL

Challenge Acquigny



Le samedi **4 mai 2024** a eu lieu le tournoi Acquigny au Gymnase Pierre de Coubertin en Normandie. Plusieurs de nos judokas ont fait le déplacement afin d'y participer.

C'est au nord de la France que nos 120 judokas (toutes catégories d'âge confondues) ont pu combattre. Leur courage et détermination, ont permis au club de se placer à la première place du challenge.

Sans le soutien du club de judo d'Acquigny et des bénévoles du COS Judo, le voyage n'aurait pas été possible, merci infiniment.

Sofia ABREU NUNES

La Fête du Sport



Le dimanche 28 avril, la ville de Sartrouville a organisé la Fête du Sport au parc Youri-Gagarine, où le CO Sartrouville y participait.

De 10h à 17h, les Sartrouillois et les habitants des villes voisines ont pu faire le plein de sensations fortes en plein Sartrouville. Les **20 associations sportives locales** présentes ont pu transmettre leur savoir-faire. Étant partenaire de l'événement, le club a reçu **450 enfants** sur le tatami dont 150 débutants. **Antonin BLANDIN, Thomas PUCHLY et Etienne DELVERT**, athlètes de Haut Niveau, ont été



au rendez-vous pour partager les valeurs du judo tout au long de cette journée. Le club a su conquérir les spectateurs notamment grâce à la participation de **Guillaume CHAINE**, médaillé olympique 2021, sur le tatami et par une séance d'autographes et de photos.

Merci aux organisateurs, partenaires et bénévoles présents pendant la Fête du Sport. Ils ont permis de démontrer une nouvelle fois la forte implication du club dans la vie associative sartrouilloise.

Sofia ABREU NUNES

Calendrier 2024

JUILLET

Stages d'été :

7 au 13 juillet : JudoCamp à
Treffieux (44)

8 au 12 juillet : Judo - Piscine -
Mer De Sable

15 au 19 juillet : Judo - Piscine -
Parc Saint Paul

22 au 26 juillet : Judo - Piscine
- Astérix

AOÛT

10 au 15 août : Stage à Valence,
en Espagne pour les
Cadets et Elite

26 au 30 août : Judo - Piscine -
Astérix

31 août au 1 septembre :
Cracow Judo Open, Pologne

SEPTEMBRE

1 septembre : Salon des
Associations

Nos Partenaires

Partenaires Institutionnels



Partenaires Majeurs



Partenaires Locaux



Nos Précédents Numéros

à retrouver sur cosjudo.fr

N°15 Octobre 2023



N°14 Septembre 2023



N°13 Juin 2023



Vous souhaitez devenir partenaire du CO Sartrouville Judo ? Prenez contact avec nous à cosjudo@cosjudo.com