

JUDO CLUB
La Chaux-de-Fonds

柔

JU... DOCUMENT



No 2 janvier 1983

Rédacteur responsable : Marc Droz, C.P. 74, 2300 La Chaux-de-Fonds 6

LE BILLET DE TONTON MARE



Dans ce deuxième numéro, il y a plus de rédacteurs et il n'y a plus de place. C'est bon signe. Mais pour les changements de grades, il faudra attendre...

TORRÉE

Nous étions plus de soixante à la torrée du 10 octobre, sur le Communal de La Sagne. Voici ce qu'est devenu, sous la plume de Thais, ce qui aurait pu rester une banale journée...

Ce n'est qu'après qu'il ait neigé
Que nous nous sommes retrouvés
Pour tous ensemble partager
Un repas et mutuellement
Une grande amitié nous prouver.
Et ce n'est qu'actuellement
Que nous pouvons dire "nous connaître".
Jusqu'à maintenant nous étions tous,
Mais chacun pour nous, des êtres
Que seul a uni ce festin.
Autour de ce feu où l'on tousse
Nous avons croisé nos destins,
Et cette marmite servant d'union
Remplie d'une soupe aux pois épaisse
Fut prétexte à cette réunion.

Après, venu l'esprit d'équipe
Et du sport, nullement en baisse
Qui fit quitter pantoufles et pipes,
Flemme et retenue, faisant naître
Un flegme nouveau qui tel un vent
Vit les moins jeunes plus jeunes paraître
Et cette brusque tempête de jeunesse,
Partit comme un souffle, s'étendant,
Faisant retomber en enfance
Plus d'un qui n'était plus gamin.
Alors, nos héros fatigués,
Contents d'eux, se reprisent en main.
Boueux, souriants, ils se calmèrent,
Finissant l'après-midi, gais.
Et ça, vous dis-je, il faut le faire !

↓ Thais Berger
↓ ↓ ↓ ↓ ↓

RUBRIQUE FÉMININE

Pourquoi une rubrique féminine ?

Il est vrai que dans tous les clubs de Judo, la gent féminine est en minorité. Ce n'est pourtant pas une raison pour l'ignorer.

Au Judo-Club La Chaux-de-Fonds 12 femmes et jeunes filles et 10 écolières sont actives et il est normal que ces courageuses Judokas soient informées de toutes les possibilités d'entraînements, de tournois et de compétitions qui leur sont offertes.

Il est aussi intéressant pour elles, je pense, de connaître les résultats des meilleures Judokas suisses et étrangères. Cette rubrique sera avant tout informative.

Judo avec ou sans compétition ?

Ayant contacté plusieurs Judokas féminins de notre club, j'ai pu constater que très peu désirent faire de la compétition. Certaines pratiquent le Judo simplement pour se défouler, se changer les idées, d'autres pour prendre de l'assurance afin d'être capables de se défendre en cas d'attaque, d'autres pour essayer de trouver une bonne harmonie physique et morale. Les femmes, du fait qu'elles ne pratiquent pas ce sport dans le but de devenir championnes sont souvent plus près de l'esprit pur du Judo que les hommes.

Mais parmi toutes ces Judokas peut se trouver une future championne. Nous n'avons pas le droit de nous en désintéresser. Il faut la soutenir, l'aider et même parfois la pousser. Il faut surtout l'informer et cela dorénavant sera fait par l'intermédiaire du journal.

Antoinette Stampach



EVOLUTION D'UN JEU TECHNIQUE



L'écolier devenu étudiant, ira au gymnase ou à l'école technique supérieure, il y obtiendra un bac ou un diplôme qui lui ouvrira les portes de l'Université ou du polytechnicum. Pendant ce temps notre Judoka aura obtenu son troisième puis quatrième Dan, ce qui lui donnera la possibilité, s'il a les moyens et la volonté d'accéder au cinquième ou sixième Dan.

C'est alors que les étudiants, devenus licenciés ou docteurs auront la possibilité de s'orienter vers le professorat, devenir écrivain, obtenir des prix littéraires etc... Pour le Judoka, cela correspondra au septième ou huitième Dan.

Après une vie littéraire ou scientifique bien remplie notre ancien étudiant pourra postuler pour un fauteuil à l'Académie Française. Pour notre Judoka ce sera le moment de postuler pour un neuvième Dan ou un utopique dixième Dan.

Donc pour un Judoka, je pense qu'il y a autant de chance d'arriver au neuvième Dan que pour un étudiant en lettres de devenir académicien. J'espère que cette comparaison, un peu longue vous aura mieux fait connaître le pourquoi et le comment de la hiérarchie, au vu des performances, dans notre monde du Judo.

Donc, de tout ce qui précède, il faut conclure que je suis entièrement pour la conservation des traditions. Sans vouloir être plus Japonais que les Japonais eux-mêmes je pense qu'il est indispensable pour nous professeurs, d'enseigner le Judo tel qu'il nous a été transmis par nos illustres prédécesseurs, c'est-à-dire en ne considérant la compétition que comme un des nombreux buts du Judo et non comme LE but unique. C'est à cette condition uniquement que le Judo restera une discipline qui pourra être pratiquée par tout un chacun dès le plus jeune âge, jusqu'à la mort.

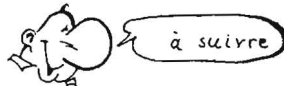
A ce propos je vous signale que mon premier maître, M. Georges Huguenin avait environ 68 ans à mes débuts. Il avait 50 ans lorsqu'il fit connaissance avec le Judo. A 60 ans il passa son premier Dan et à 78 ans il reçut le deuxième Dan. Lorsqu'il mourut, à plus de 80 ans, il pratiquait encore régulièrement dans son petit Dojo de l'université de Neuchâtel.

Actuellement on accepte dans les Dojos, des enfants de moins de cinq ans, auxquels on enseigne un jeu qui ressemble au Judo, tout cela sans danger aucun.

Entre les deux extrêmes mentionnées ci-dessus quels sont les sports qui offrent de telles possibilités, de telles variétés dans leurs pratiques et leurs entraînements ? Aucun, je pense. Il faut donc absolument conserver au Judo ses vertus au travers de ses traditions, son cérémonial, ses Katas etc...

Au vu de ce qui précède je trouve scandaleux le spectacle offert à l'occasion de certains championnats et tournois régionaux, nationaux, européens ou même mondiaux. Alors que les médias tels que la télévision ne s'occupaient guère du Judo, on assistait à des combats étourdissants. Certains se déroulaient même au meilleur des trois l'ppons. Donc le premier qui en avait marqué deux avait gagné. En dessous de WAZA AHI rien n'était annoncé, il n'y avait pas de limites à la surface de combat, c'est tout juste si l'on chronométrait la durée des combats. Les super-champions s'offraient le luxe de combattre une ligne de 10 ceintures noires. Les catégories de poids n'existaient pas etc... C'était vraiment le bon temps. Adieu voilà que je radote à nouveau !

Tous ces aspects négatifs tels que catégories de poids, surface de combat, pénalités, Yuko, Koka etc... ont été inventés en grande partie à cause des Européens et surtout ceux qui viennent de l'Est (suivez mon regard). Autrefois (années 50) nous avions des Judokas, maintenant nous avons des ATHLETES, là est la différence.



P. Schafroth

1^{er} Semestre 83



Jour	Date	Mois	Manifestation	Lieu	heure	Responsable
Sa	15	Janvier	C.S.D. pour 1 ^{er} Dan	Bâle	9h30-12h, 14h-16h	A.S.J.
Di	16	"	Tsuki (matin)	JC Olten		A.S.J.
Sa	29	"	Tsuki (après-midi)	J Shi man Oberwil BL		A.S.J.
Di	30	"	Tsuki + cours arbitrage (matin)	J Kwai Lausanne		A.S.J.
Sa	5	Février	Tsuki (après-midi)	JC Gelterkinden/Sissach		A.S.J.
Sa/Di	5-6	"	C.S.D. Nage No Kata	Aarau		A.S.J.
Sa	12	"	Cours technique compétition	St. Imier (par F. Kyburz)		A.N.J.
Sa	12	"	Tsuki (matin)	JC Krauenfeld		A.S.J.
Sa	26	"	Initiation au Ju-Jutsu	St. blaise (par M. Python)		A.N.J.
Sa	26	"	Tsuki (après-midi)	J Urbain Boudry		A.S.J.
Sa	5	Mars	Katame + Nage No Kata	Chx-de-rds (Me Mikami)	14-17	A.N.J.
Di	6	"	Tsuki (matin)	JC Genève		A.S.J.
Sa	12	"	Tsuki + arbitrage (après-midi)	J Kwai Lausanne		A.S.J.
Sa/Di	12-13	"	C.S.D.	Genève		A.S.J.
Di	13	"	Champ. neuch. individuel	St. blaise		A.N.J.
Sa	19	"	Kata pour J+S	Chx-de-rds	14-18	Dubois
Di	20	"	Tsuki (matin)	JC Olten		A.S.J.
Sa	26	"	Assemblée des délégués	berne aursaal		A.S.J.
Ma	29	"	Assemblée générale (terrasses)	Chx-de-rds	20h15	Dubois
Ma-Di	5-10	Avril	Camp d'entraînement	Kiesch		A.S.J.
Ve/Sa	15-16	"	Cours perfectionnement J+S pour moniteurs	Morat		A.S.J.
Sa	16	"	Tsuki (après-midi)	JC Stein AG		A.S.J.
Di	17	"	Champ. Romands individuels	?		A.S.J.
Sa/Di	23-24	"	C.S.D. Katame + Kime No Kata	Yverdon		A.S.J.
Sa	30	"	Kata pour J+S	Chx-de-rds	14-18	Dubois
Sa	30	"	Tsuki (après-midi)	J Kai bâle		A.S.J.
Sa	7	Mai	Champ. Suisses individuels	JC March/Wollerau		A.S.J.
Sa	14	"	Tsuki (après-midi)	J S nantei Zürich		A.S.J.
Di	15	"	Tsuki (matin)	JC Genève		A.S.J.
Ve-Di	27-29	"	Cours moniteurs 1 J+S	Genève		A.S.J.
Sa	28	"	C.N.P.E.E.	Le Locle/Peseux		A.N.J.
Sa	28	"	Tsuki (après-midi)	JC St. Gall		A.S.J.
Sa	4	Juin	Randonnée pédestre avec J+S			Dubois
Sa	11	"	Cours féminin dès 15 ans	Peseux		A.N.J.
Sa	11	"	Cours jeunesse 10-15 ans	Le Locle		A.N.J.
Sa	18	"	Nage + Kime No Kata	Chx-de-rds (Me Mikami)	14-17	A.N.J.
Lu	20	"	Examens ceintures	Chx-de-rds	17-21	Chx-de-rds
Sa	25	"	Tsuki interne et manifestation finale du cours J+S	Chx-de-rds	14-18	Dubois
Sa	25	"	Tsuki (après-midi)	J Kwai Muralto		A.S.J.

C.N.P.E.E. = Championnat neuchâtelais par équipes écoliers

C.S.D. = Collège Suisse des Dan

Les dates du championnat suisse par équipes ne sont pas encore connues, elles seront communiquées à temps au tableau dans la salle !

Courrier d'administration...

Monsieur le Directeur,

Je ne suis pas rentré plus tôt dans votre caisse parce qu'avant je cotisais à une assurance privée de vie.

Notre ménage se compose de ma femme et de moi, deux petits bébés, grand'mère qui est paralysée, trois lits, l'armoire, une chambre et la télé, le tout en parfait état de marche.

Etre concierge dans un cimetière ça n'est pas un métier de tout repos, surtout avec les nouveaux venus qui vous dérangent à tout moment et à qui il faut tout indiquer.

Championnat suisse par équipes



Après une année de compétition quelque peu perturbée par des préparations de ceintures noires et des départs en voyage, notre équipe se maintient de justesse en 1^{ère} ligue. Elle se classe septième sur un total de neuf équipes pour la région 1. Voici le classement définitif :

1. JC Galmiz	30 / 123	6. JC Romont 1	12 / 76
2. Samouraï Bernex (GE)	20 / 101	7. JC La Chaux-de-Fonds	10 / 62
3. EJ Clément Renens 1	20 / 94	8. Tekki Judo St. Blaise	10 / 50
4. JC Morges 2	20 / 89	9. JK Lausanne 2	6 / 40
5. JK Yverdon 1	16 / 86		

Le tout en 16 matchs points des matchs / des combats

A noter pour l'année prochaine : en plus du championnat suisse, notre équipe participera à la coupe suisse dans laquelle peuvent se retrouver les équipes de n'importe quelle ligue et région. La Chaux-de-Fonds rencontrera dans son Dojo l'équipe de Romont; la date, pas encore connue, sera affichée au Dojo.

mais quelle grande coupe ça doit être !..

J.D.



Toujours bien servi,

à la même ADRESSE:

Boucherie Nouvelle

La Terrasse

P - A L A M B E R C I E R

B R A S S E R I E - R E S T A U R A N T

V I A N D E F R A I C H E

Bière " K R O N E N B O U R G "

de toute première qualité

Le rendez-vous des JUDOKAS

Jardinière 89, tél (039) 22 26 46

Jardinière 89, tél (039) 22 20 72

Famille Pierre Schafroth

Dès le 19 février 83 :

Nouveau numéro de téléphone

Boucherie -- 23 30 16

Café -- -- 23 15 70

Courrier d'administration

Est-ce qu'avec mon permis je suis en règle pour le gibier d'eau et pour les garde-chasse ?

Est-ce que j'ai droit à un congé pour aller enterrer ma belle-mère qui est mourante ?
Merci pour me faire ce plaisir.

"Série noire" au Judo club



5 nouvelles ceintures noires ! Cela élève le nombre de porteurs de Dan à 17 ! Dix-sept "noires" qui se répartissent comme suit : 9 premiers Dan, 5 deuxièmes Dan, 2 troisièmes Dan et un cinquième Dan. Pas de quatrième Dan !?

Il y eut d'abord un examen à Aarau le 25. 9. Le premier Dan fut attribué à Alain Gigon et Claude Morf.

Vint ensuite l'examen de Lausanne le 30. 10. devant Messieurs Python, Katanishi et Shinomiya, tous cinquièmes Dan, sous la direction de Maître Mikami, septième Dan. Le premier Dan fut attribué à Jean-Pierre Marmet, Gilles Christen et Antoine Benacloche. Leur examen fut de plus qualifié de meilleur de la journée.



J.P. Marmet

A. Benacloche

G. Christen

C. Morf

A. Gigon

Marmet Jean-Pierre, Français d'origine, a 31 ans, il est galvanoplaste. Il arrive à La Chaux-de-Fonds en 1975, jette son dernier paquet de cigarettes et vient s'inscrire au Judo Club, suivant les conseils d'un ami. Jean-Pierre commence la compétition alors qu'il est encore ceinture verte en 1977. Depuis 1978, il suit de plus en plus souvent les cours de Kata, Kuatsu, Collège Suisse des Dans et technique Judo dans les dojos de Suisse Romande et quelques fois de Suisse Allemande et Tessin. Il devient moniteur Jeunesse et Sport en 1980, vice-président du club en 1981. Jean-Pierre quitte partiellement la compétition au cours de l'année 82 pour se tourner vers la pratique du Kata et de la technique afin de préparer son examen de 1^{er} Dan. Il sert de partenaire à P. Schafroth, au Ne Waza, pour son examen de 5^e Dan au début de l'année 82. Il sort une fois troisième aux championnats neuchâtelois, deux fois deuxième et enfin premier en 1981. Il est présent pour l'organisation de grand nombre de manifestations de notre club. Ses buts pour les mois à venir : reprise de la compétition, championnats de Kata, moniteur 2 J+S, préparation du 2^e Dan et une bonne augmentation de la part de son patron...

Benacloche Antoine, Espagnol d'origine, naturalisé Suisse, a 19 ans, il est étudiant au gymnase en section scientifique. Il commence le Judo en 1970. Il fait partie du Cadre Régional en 1979. Il combat au sein de l'équipe et participe aux championnats suisses individuels dans les catégories Espoirs et Juniors depuis 1979 également. Il participe chaque année depuis 1980 à quelques cours de Judo et de Kata. Il participe en 1982 à quelques Tsukis à Stein, St.Gall et Lausanne. Antoine gagne régulièrement ses combats par Ippon. Il se retrouve premier aux championnats neuchâtelois en 1979 et 1982, ainsi qu'au tournoi national de Spiez le 20 mai 1973. Il donne volontier un coup de main lors des manifestations organisées par le club. Ses buts : préparation du 2^e Dan, moniteur 1 J+S et championnats suisses individuels.

Gilles Christen, Suisse d'origine, a 23 ans et est instituteur. Il commence le Judo en 1967. Il entre dans la compétition avec le tournoi de Couvet à 10 ans, se retrouve au Cadre Régional en 1972. Il participe avec la Sélection Suisse à une rencontre internationale à Paris en 1973, rencontre gagnée pour la Suisse et en bonne partie pour Gilles qui gagne deux combats sur quatre, il a 14 ans ! Il fait partie du Cadre National de 1975 à 1980. Il se

Laiterie Fromagerie
Georges Barrachina-Robert

Grand choix de fromages de qualité
pour fins gourmets ainsi que
différentes sortes pour régimes

2, rue Neuve
(Pl. du Marché) **22 11 63**

dès le 19.2.83 28.26.52





retrouve champion suisse cadets en 1976 et troisième en juniors en 1977. Il participe à un tournoi individuel international à Graz (Aut) en 70 et un peu plus tard à Mannheim (D). Avec l'équipe Suisse : rencontre contre Baden-Würtemberg et Rheinland dans la catégorie Juniors en 1977. Gilles finit premier au tournoi national de Spiez le 20 mai 73, 2^e à celui de Fribourg en 74 et premier aux championnats neuchâtelais en 78. Au Cadre National il participe à des camps d'entraînement avec chaque fois une rencontre amicale : Autriche en Août 75, Appenzell en Avril 77, Fribourg en Octobre 77 avec la Chine (Formose) et l'Allemagne de l'Ouest, Fribourg en Février 78 avec la Pologne. Il reçoit un cadeau de l'ASJ qui paie le voyage aux membres du Cadre National pour assister aux Championnats du Monde à Vienne en 77. De force égale avec son adversaire, Gilles échoue deux fois, aux sélections pour les Championnats d'Europe, sur décision de l'arbitre pour manque de combativité. La série noire commence dès 79 : Avril, fracture de la cheville gauche aux championnats suisses, Août, fracture de la cheville droite à l'école de recrues, Janvier 81, 1^{ère} vertèbre lombaire tassée en faisant du ski acrobatique. Il reprend la compétition en 82 et sort 2^e aux championnats neuchâtelais. Gilles fait partie du comité comme correspondant de presse avec l'impartial depuis 81. Ses buts : une place parmi les trois premiers aux Championnats Suisses et au tournoi national de Montney, préparation du 2^e Dan, moniteur 1 J+S, atteindre la ligue nationale B avec l'équipe et promouvoir le Judo au maximum.

Morf Claude, d'origine Suisse, 21 ans, est employé de commerce. Il commence le Judo en 1971 à St. Imier. Il monte à la deuxième place au podium aux championnats neuchâtelais individuels en 78, 3^e en 79 et 80, 3^e dans les catégories open et -71 kg en 81, 3^e en -78 kg en 82. Il devient Champion Romand en 1980. Le club de St. Imier ne possédant pas d'équipe de compétition, Claude s'inscrit à notre club et combat avec notre équipe depuis 1979, tout en restant actif dans son club. Il suit des cours de kata et de technique Judo depuis 1979 et participe à de nombreux Ijuki en 82. Il donne les entraînements pour les enfants à St. Imier dès l'âge de 16 ans, il est actuellement chef technique du club du Vallon. Ses buts : continuer la compétition, plus pour le plaisir que dans l'espoir d'obtenir des titres, tout en s'efforçant d'aider notre équipe à obtenir des points, aider au maximum la promotion du Judo à St. Imier.

Gigon Alain, 23 ans, d'origine Suisse, est mécanicien de précision. Il fait connaissance avec le Judo à St. Imier. Il suit les mêmes cours que Claude depuis 1979. Tout en restant à St. Imier, il combat avec notre équipe depuis 1977. Il se qualifie pour les finales du championnat suisse individuel en 78 sans obtenir de titre romand, les éliminatoires ne servant pas encore de championnats régionaux. Il obtient la troisième place aux championnats neuchâtelais en 82 et participe à des Tsuki. Alain commence d'entraîner les enfants à St. Imier à l'âge de 15 ans, il est actuellement président de ce club. Étant en voyage depuis le mois d'octobre 82, les renseignements le concernant, donnés de mémoire par Claude peuvent être imprécis et incomplets, mais ils donnent tout de même une image assez fidèle de sa vie de Judoka.

J. Do



Si vous désirez faire ou refaire de la publicité dans notre journal, renvoyez-nous ce bulletin ou avertissez un Judoka de votre connaissance, nous vous contacterons.

Nom, prénom, commerce, etc. :
 Adresse :

*l'adresse est sur
 dans la
 couverture*

Votre annonce nous permet de couvrir une partie des frais d'impression...
 Et vous recevez dès la parution de votre première publicité, sans aucun frais, chaque nouveau numéro ...





Les jeux du numéro 1

Une case vide

Les premières lettres forment une suite alphabétique : A B C. On attend donc : D. De même pour les deuxièmes lettres : O P Q et donc R. Pour les troisièmes lettres, nous avons une suite inversée : L C B et donc A. De nouveau suite alphabétique pour les quatrièmes : M N O et donc P. Le tout forme un mot : DRAP.

Un dîner de Judokas

En tournant dans le sens des aiguilles d'une montre, la table s'organise ainsi : Jean-Pierre, Thaïs, Pierre-André, Antoinette, Daniel et Cetti.

LEANDRENAUDREYMARCELINES

Léa, Léandre, André, Renaud, Audrey, Eymar, Marc, Marcel, Marceline, Céline, Line, Inès.

Le mot qui grandit

Ré, Mer, Emir, Maire, Marine, Arménie, Ambréine.

Mystérieux cocktail

La composition du cocktail est : $0,12 v + 0,08 \cdot 2 v + 0,16 v = 4xv$
 $0,11 = x$

Le degré du cocktail est donc 11°.

A VENDRE : 1 Judo gi grandeur 2 (160)
Chez Jonny Cattin, tél. 23 73 66

← OCCASION →

Championnats neuchâtelois par équipes écoliers 1982

C'est dans son local que le Judo Club a organisé les finales des Championnats Neuchâtelois Ecoliers. Participaient à ces rencontres huit équipes, Cortaillod ayant déclaré forfait : Bouvry, Hauterive, Le Locle, Peseux, Saint-Blaise, Saint-Imier, Val-de-Travers et La Chaux-de-Fonds.

Les spectateurs ont pu assister à de beaux combats, dont beaucoup se sont terminés avant le temps limite. Ce qui démontre bien que ces jeunes affichent déjà d'excellentes dispositions envers le Judo, notamment dans la maîtrise et la technique.

L'équipe la plus en vue fut incontestablement Hauterive qui remporta toutes ces rencontres. Nos jeunes locaux furent, quant à eux, très combattifs mais assez discrets dans la réalisation finale de leurs attaques. Espérons qu'ils se rattraperont lors de la prochaine édition de ce championnat.

Il faut aussi relever le très bon état d'esprit qui régnait parmi les Judokas et le parfait déroulement des épreuves.

POUR LA CHAUX-DE-FONDS : -30 kg : Yves Neuenschwander, Yves Guyot. -33 kg : Francisco Villarejo, Philippe Clavreuil, Aline Chételat. -36 kg : Jean-Daniel Spitz. -40 kg : Manuel Haldimann. -45 kg : Raphaël Chételat, Fabrice Zumbunnen. +50 kg : Wilfrid Kyser, Gilbert Eppner, Sergio Longobardi, Xavier Nicolet, Alain Cuenat.

Classement final : 1. Hauterive ; 2. Peseux ; 3. Saint-Imier ; 4. La Chaux-de-Fonds ; 5. Le Locle ; 6. Saint-Blaise ; 7. Bouvry ; 8. Val-de-Travers ; 9. Cortaillod.

J. Christen

Dans le courrier d'une administration...

Quand l'huisier a parlé de me saisir je lui ai interdit de me toucher et c'est en me défendant que mon mari l'a couculé. A ce moment-là, il a disparu sous le plancher car il était complètement pourri.

4^e Kyu (ceinture orange)



- Ko Soto Gari Petit fauchage extérieur
- Ko Uchi Gari Petit fauchage intérieur
- Koshi Guruma Roue autour de la hanche
- Tsuri Komi Goshi mouvement de hanche en soulevant et tirant
- Okuri Ashi Barai Balayage des deux pieds
- Tai Otoshi Renversement du corps (avec les mains)
- Harai Goshi Balayage avec la hanche
- Uchi Mata Fauchage intérieur de la cuisse

- Ushiro Gesa Gatame Contrôle par l'arrière (en diagonale)
- Makura Gesa Gatame Contrôle sur l'oreiller (en diagonale)
- Kuzure Kami Shio Gatame Contrôle à 4 pattes du côté de la tête (variante)
- Kuzure Yoko Shio Gatame Contrôle à 4 pattes par le côté (variante)
- Kuzure Tate Shio Gatame Contrôle à 4 pattes par dessus, à cheval (variante)

- Uchi Komi Tirer à l'intérieur (entrées répétées avec déséquilibre sans projeter). Avec ou sans déplacement.
- Yaku Soku Geiko Méthode d'entraînement en déplacement sans faire opposition (Randori très souple).
- Kakari Geiko Méthode d'entraînement en déplacement contre plusieurs partenaires pris les uns après les autres (Randori en ligne).
- Randori Assaut libre (méthode d'entraînement avec partenaire en situation de compétition, mais sans arbitrage).

Age minimum : 8 ans. Temps minimum : 6 mois depuis le dernier examen. Un entraînement par semaine, Connaissance du programme précédent.

- Une finance d'inscription de 20.- est perçue avant l'examen. (Comprend le prix de la ceinture).

- En cas d'échec, l'examen complet sera repassé six mois après.

Uchi Mata est très utilisé en compétition. Cela consiste à lancer la jambe entre celles de l'adversaire pour faucher sa cuisse en la soulevant, tout en tirant de ta main gauche...



Il faut aussi tirer vers l'avant avec ta main droite, qui doit prendre le col de l'adversaire très haut, derrière le cou. En même temps que tu lances ta jambe, du te penches bien vers l'avant, la tête vers ton genou.

Tournoi interne du 6.10.82



Trente-quatre enfants nés entre 1967 et 1975 se sont présentés le samedi 6 novembre, en début d'après-midi, pour disputer dans notre dojo le traditionnel tournoi interne. Tous ont été répartis en six catégories "sur mesures". Tout le monde comprendra qu'il n'est pas possible d'adopter des catégories de poids officielles lorsque des membres d'un seul club se trouvent réunis pour un tournoi. Les catégories "sur mesures" nous ont permis d'éviter les problèmes tels que catégories contenant une dizaine de combattants ou seulement deux ou trois.

Le système de combat appliqué fut celui des poules. Tous les combattants de la même catégorie se retrouvent dans une poule et combattent contre chacun. Une seule exception, la catégorie des -50 kg contenant 7 enfants fut répartie en deux poules. Les deux meilleurs de chacune de ces poules se retrouvaient ensuite en une poule finale. Ceci a permis de réduire à quinze le nombre de combats (au lieu de 21). La durée des combats fut fixée à deux minutes.

Il a fallu, pour mener à bien ce tournoi, la présence de cinq personnes tout au long de l'après-midi. A noter parmi ces cinq la performance de Denis Chételat qui dut arbitrer en tout 75 combats en trois heures et demie ! S'il avait su avant de commencer...

Le prix pour la première place : un T-Shirt à longues manches marqué au nom du club. Pour la deuxième place : un T-Shirt au nom de l'association suisse de juudo. Pour la troisième place : un mini-judogi. Le lot de consolation pour tous les autres : un autocollant au nom du club.

- 25 kg

1. Bésia Jean-Marie, tout gagné par Ippon
 2. Vergriete Yann
 3. Petermann Raphaël
- Girardin Sylvain
Martin Florian
Uhlmann Cédric

- 29 kg

1. Neuenschwander Yves, tout gagné par Ippon
 2. Duss Patrick
 3. Bésia Frédéric
- Petermann Vincent
Ummel Patrick

- 31 kg

1. Villarejo Francisco, 3 Ippon, 1 Koka
 2. Chételat Aline
 3. Girardin Cédric et Guyot Yves
- Girardin Thierry

- 35 kg

1. Spitz Jean-Daniel, tout gagné par Ippon
 2. Clavreuil Philippe
 3. Ummel Isabelle
- Queroub Ygal
Mallet Marc

Poule A

1. Ryser Wilfrid, tout gagné par Ippon
2. Eppener Gilbert
3. Buri Benjamin

- 50 kg

Poule B

1. Zumbrunnen Fabrice, tout gagné par Ippon
 2. Chételat Raphaël
 3. Zaugg Laurent
- Iscner Stéphane

Poule finale

1. Ryser Wilfrid, tout gagné par Ippon
 2. Eppener Gilbert
 3. Zumbrunnen Fabrice
- Chételat Raphaël

+ 50 kg

1. Nicolet Xavier, 4 Ippon, 1 Waza-Ari
 2. Cuenat Alain
 3. Longobardi Sergio
- Mischler Jean-Pierre
Simon Patrick
Pfister Nicolas



DOINK DOINK DOINK DOINK DOINK DOINK

J.D.



**BOUTIQUE
COQUELINE**

Prêt-à-porter

CHRISTIANE BERNHARD
Avenue Léopold-Robert, 11
2300 La Chaux-de-Fonds
Tél. (039) 22 20 74
Dès février : 23 15 02

BCC

A votre service pour toutes vos opérations bancaires
**BANQUE CENTRALE COOPÉRATIVE
SOCIÉTÉ ANONYME**

La Chaux-de-Fonds - Neuchâtel - Le Locle

PICARD CLAUDE

Boucherie - Charcuterie

Numa-Uros 108

Plats préparés
Livraison à domicile

23 12 06

FREIBURGHHAUS



**PNEUS
GEOMETRIE**

Collège 5 - Tél. (039) 23 23 21
Dès le 19.2.83 : 28 67 33

Dans le domaine des boissons,
vins, bières et eaux minérales, vous trouverez
un choix sans pareil



A la Grappe d'Or

Av. Léopold-Robert 6
Téléphone (039) 22 18 16
LA CHAUX-DE-FONDS

Timbres escompte SENJ

Nous livrons à domicile

Vous serez conseillé
par un personnel qualifié,
dans un magasin moderne
et rationnel.

G. KOLB

**BOULANGERIE-PÂTISSERIE
BALANCE 5 — LA CHAUX-DE-FONDS**

Pain aux noix

Spécialités : **Bretzels et pain de seigle**

Tél. (039) 22 15 34

Boucherie-Charcuterie
RENÉ PERROUD

Serre 8
Téléphone (039) 28 64 47

vous recommande
ses marchandises de qualité
et sa spécialité de saucisses!

Brasserie de l'Etoile

Tous les jours à midi:
Menu sur assiette à Fr. 8.50

et comme toujours,
notre spécialité:

l'entrecôte maison

M. J.-D. Zumbrunnen
Fritz-Courvoisier 24
Téléphone (039) 22 29 54
Dès février : 28 29 54



J. A.
2300 La Chaux-de-Fonds

CONVOICATIONS---CONVOICATIONS---CONVOICATIONS

=MATCH AU LOTO=

Notre deuxième match au loto aura lieu le dimanche 10 janvier au Cercle Catholique. Tous les membres actifs de plus de 15 ans sont convoqués pour 19 heures au Cercle Catholique. Et non pas 19 heures comme annoncé dans le numéro 1, les matchs du dimanche ayant lieu plus tôt que ceux des fins de semaine.

Le résultat financier des deux matchs vous sera communiqué dans le numéro suivant.

+ASSEMBLEE GENERALE+

Tous les membres du club sont convoqués le mardi 29 mars à la brasserie de la Terrasse, Jardinière 89, à 20h15, où aura lieu l'assemblée générale, conformément aux statuts du club :

Art.9. L'assemblée générale a lieu dans le courant du premier trimestre de l'année civile. Chaque membre y est convoqué personnellement par le comité.

Art.11. L'assemblée générale a les attributions suivantes :

a) Elle nomme les membres du comité. b) Elle fixe les cotisations. c) Elle se prononce sur l'acceptation des comptes et des différents rapports. d) Elle décide de la modification des statuts et de la dissolution du club. e) Elle se prononce sur l'acceptation des propositions écrites des membres. f) Elle se prononce sur les cas engageant une somme de plus de 1000.- .

Art.12. Les décisions sont prises à la majorité des suffrages exprimés.

Je vous rappelle que les statuts sont affichés au tableau à l'entrée du Dojo et qu'ils peuvent être obtenus à titre personnel au bureau.

LE SECRETAIRE
C. J. [Signature]

LES RECOMMANDATIONS DESAGREABLES DE LA CAISSIERE

Vos cotisations sont-elles en règle ?

Cela allégerait énormément ma tâche si chacun payait ses cotisations avant que je ne doive envoyer un rappel !

Les tarifs sont les suivants :

Cours débutants enfants	90.-	par semestre (à payer au début du cours)
Cours débutants adultes hommes	150.-	" "
" " " dames	120.-	" "
Enfants dès ceinture jaune jusqu'à 15 ans	15.-	par mois
Etudiants, apprentis de 16 à 20 ans	20.-	" "
Adultes dames	20.-	" "
Adultes messieurs	25.-	" "
Timbre licence (à payer dès l'âge de 16 ans)	20.-	par année

Le timbre compétition est offert par le club
La finance d'examen pour l'obtention d'une ceinture est de 20.- (ceinture gratuite)
Pour l'examen de la ceinture jaune, on ne paie que la ceinture (10.-)

Je vous rappelle qu'il y a des prix avantageux pour les familles :
2 membres de la même famille : le plus jeune moitié prix
3 " " " " " : le troisième gratuit

Si vous avez des difficultés financières, je suis à votre disposition pour conclure un arrangement.
Antoinette

