

Arçonnay, le 7 janvier 2024,

Comme prévu, les judokas d'Arçonnay avaient un stage interclubs pendant cette première semaine de 2024. Cette journée s'est déroulée le vendredi 5 janvier à domicile. Au programme de la journée pour les stagiaires, course à pied et tachi Waza (judo debout) le matin. Après la pause méridienne, les judokas ont travaillé sur une partie ne-waza (judo au sol) et la séance s'est poursuivie par une heure de randoris, c'est-à-dire des combats d'entraînement. Beaucoup de sueur, de travail et de sérieux ont rythmé la journée. Celle-ci s'est terminée par un goûter couronné des rois avec des rois et reines mis à l'honneur pour le plaisir de tous.

Les jeunes d'Arçonnay étaient bien représentés pour cette journée avec 13 participants : Maël Dominé, Julien Portebœuf, Julian Margueritte, Mélia Prunier, Ruben Fleury, Romain Canu, Reda Hassani, Ysée, Jules et Milo Transon-Huet, Ninon et Adan Beaussart ainsi que Mila Roche.

Une pensée également pour Lilou Roche, blessée de dernière minute qui devait participer au stage de Noël haut niveau de 3 jours à Forges-les-Eaux avec la présence de 8 pôles espoirs et de deux délégations étrangères, une Belge et une Suisse.

Prochain rendez-vous avec le tournoi-animation de Val-Au-Perche le samedi 13 janvier.