

Arçonnay, le 29 octobre 2023

Stages de perfectionnement !

Le mercredi 25 octobre, trois judokas d'Arçonnay (Lilou Roche, Louna Gaillard et Nolan Maunoury) prenaient part à l'entraînement de masse organisé par le pôle judo Caen sur le club de l'AJIQ de Caen. Beaucoup de combats au programme avec pas moins de 160 judokas venus de tous les clubs normands.

Puis s'en est suivi un stage de préparation aux grades le jeudi 26 pour les cadets afin de préparer au mieux les examens katas et techniques. Six jeunes étaient présents au stage à domicile avec quelques collègues : Louna Floro, Mila Roche, Ewan Chaunut, Adan Beaussart, Nolan Maunoury et Julian Margueritte.

Dans un troisième temps, les compétiteurs cadets (Daphné, Lejard, Nolan, Lilou et Louna G., Adan et Tom Beaussart) étaient en stage AJ61 à Arçonnay le vendredi 27 octobre de 18h à 20h30 avec une séance orientée sur des techniques au sol et la reprise d'initiative. La séance s'est terminée avec beaucoup de randoris et du renforcement musculaire.

En parallèle, six benjamins-minimes étaient en stage AJ61 à Fresnay-Sur-Sarthe. (Mila Roche, Louna Floro, Ninon Beaussart, Milo Transon-Huet, Lucas Roussel et Julien Portebœuf).

Pour finir, un judoka a fait le déplacement au 1er tournoi animation de Gacé. Julien Portebœuf rentre de cette compétition avec une belle médaille d'or.

Prochain rendez-vous avec le passage de grade le 4 novembre à Alençon.