



Lettre d'information n°10

Moirans-Judo



Le club fait sa rentrée !

Dans la lignée de l'année dernière, les cours sont encore une fois pleins pour cette nouvelle saison et le club remercie tous ses adhérents pour la confiance que vous nous accordez pour pratiquer ou permettre à vos enfants de pratiquer leur sport favori.

Plus qu'un sport, le judo est également une philosophie de vie guidée par les valeurs de son code moral : Politesse, Courage, Sincérité, Modestie, Respect, Contrôle de soi, Amitié et Honneur !

Petite spécificité du club dont nous sommes également fiers depuis plusieurs années, c'est que 40% de nos pratiquants sont des pratiquantes !

A noter également que le club propose une section Taïso pour les adultes le samedi matin depuis quelques années, et que le groupe compte 17 pratiquants !



Une partie du groupe "Judo Loisir", tout frais !



Double noire et triple DAN !

Nouvelle fierté à Moirans lors de la remise de deux nouvelles ceintures noires pour Simon et Xavier, et du 3ème DAN pour Guillain le vendredi 14 novembre. Félicitations à nos trois lauréats pour leur travail !



Guillain, Simon, Xavier et Coach Steph' !



Meije déjà au sommet !

Son talent sur un tatami n'a d'égal que son humilité et sa modestie. L'année dernière, Meije remportait toutes les coupes d'arbitrage possibles, finissant même championne de France cadette. Cette saison, elle est promue arbitre F3*, ce qui est déjà exceptionnel à son jeune âge.

Mais ce n'est pas fini !

Le Comité Départemental Olympique et Sportif de l'Isère (oui oui, rien que ça) a récompensé Meije comme « Meilleur talent sportif Isérois » pour ses performances d'arbitrage.



Meije, lors des districts benjamins et coupe départementale minimes le 29/11/25, a même été évaluatrice !

*Les différents grades d'arbitrage :

F1 : arbitre départemental → Arbitre les compétitions interclubs ou départementales

F2 : arbitre régional → Arbitre les compétitions départementales et régionales

F3 : arbitre interrégional/national B → Arbitre les compétition interrégionales ou nationales de niveau inférieur

A : Arbitre National → Arbitre les compétitions nationales

IJF B : Arbitre Continental → Arbitre les compétitions européennes

IJF A : Arbitre International → Arbitre les grands slams, championnats du monde, jeux olympiques.





Forums des associations

Porte d'entrée pour les nouveaux adhérents, les forums des associations sont des rendez-vous importants pour le club mais aussi pour permettre aux indécis de franchir le pas.

Et comme chaque année, Michel et ses comparses Meije et Fleur ont proposé une animation au dojo pour les plus petits !

Merci à nos bénévoles qui ont pu être présents à Saint Jean de Moirans et Moirans pour ces événements.



Rien de tel que de tester le tatami pour dissiper les derniers doutes !



Le stand de St. Jean ...



... et celui de Moirans



Margot a reçu le trophée des bénévoles pour son investissement. Merci à notre « assistante coach » pour son investissement, en particulier avec les plus jeunes !

Opération « chocolats du cœur »

Cette initiative lancée par Margot il y a quelques années revient une nouvelle fois pour le bonheur de vos papilles et pour préparer le Winter body.

Les fonds récoltés serviront à organiser des activités ou à prendre en charge les inscriptions aux tournois. Les commandes seront à récupérer début décembre au dojo.

Merci aux gourmands qui ont commandé et un immense merci à Margot pour l'organisation !

Alex  *Olivier*
 LES CHOCOLATS DU CŒUR



Les premiers stages !

Fleur et Meije sont allées arpenter les tatamis de Bernin pour un premier stage de début de saison. Ce stage, très prisé, est aussi l'occasion de rencontrer de vrais champions !



Fleur et la Grande Shirine BOUKLI !

Les plus jeunes ont pu profiter de deux stages : le premier en fin de vacances d'été et le second lors des vacances de la Toussaint. Ces stages sont encadrés par Stéphanie, Margot et les « grands » du club qui offrent de leur temps pour accompagner les plus jeunes. Un grand merci à eux !



Cet été, quelques loups garous se sont infiltrés parmi les judokas !



Cet automne, activité dessin !

Le lundi 20 octobre, toute une délégation de Benjamins, Minimes et Cadet 1 était à Voiron pour un stage départemental animé notamment par Stéphanie.



Repas de rentrée des bénévoles !

L'habituel repas de rentrée des bénévoles a vu le retour de la fameuse Paëlla de Michèle. Ce premier rendez vous est l'occasion de se rassembler une première fois pour lancer la saison ! Merci aux cuisiniers et aux bénévoles présents pour l'occasion.



Merci à Cheffe Michèle !



Les jeunes !



Les...moins jeunes !

Reconduction du Label Club Argent

Depuis 2023, Le club est labellisé « Club Argent » par France Judo ! Ce label récompense une nouvelle fois l'engagement et l'activité du club par rapport à 4 socles :

- Le projet du club
- La dynamique du club
- L'activité et l'offre sportive
- L'encadrement et la formation

Félicitations à tous les intervenants qui, par leurs actions et soutien, ont permis la reconduction de cette belle distinction.

A noter que ce label est à revalider tous les 2 ans !





Entrainement à Rives

Régulièrement, les 4 fantastiques clubs de Rives, Vinay, Tullins et Moirans se réunissent pour un entraînement commun. Le 17 octobre, c'est Rives qui accueillait les judokas !



Les petits...



...les moins petits...



...Les encore moins petits !



Opération banque alimentaire

L'Humain, le respect, l'entraide et le partage sont au cœur de l'enseignement et de la philosophie de Moirans Judo. Chaque année, nous mettons ces valeurs en action, en soutenant la BANQUE ALIMENTAIRE, lors de sa collecte nationale annuelle du 28 au 30 novembre 2025, dans les magasins à travers toute la France.

Merci à tous les bénévoles qui ont offert de leur temps pour cette cause. Et un immense merci à Julien pour l'organisation !



Des ados (très) matinaux

L'équipe du matin



José, toujours prêt

Merci
A tous !



L'équipe gainée



Solidarietà all'italiana



Les veilleurs de nuit



La classe de neige des ados (Escandille)

Chaque année en début de saison les plus grands peuvent profiter d'un weekend au village vacances de l'Escandille à Autrans dans le Vercors. Cette année, la rencontre s'est faite sous une épaisse couche de neige les 22 et 23 novembre !

Cette sortie est l'occasion pour nos ados de créer ou renforcer leur lien, tout en pratiquant des activités sportives, et bien sûr, du judo.

C'est également un weekend de partage pendant lequel on se crée de jolis souvenirs.

Merci également aux accompagnateurs sans qui cette sortie ne pourrait pas avoir lieu.



Olivier se prépare pour un moment de partage avec Zoé...

Classe de neige !



Petit cours de solfège entre Robin et Agnès



Un peu de détente à la piscine



Cache-cache dans la neige ?



Qui maîtrise le mieux le geste technique de la roulette ?

🏆 Ceinture noire & DAN

Course aux points :

Samedi 11 octobre :

- Simon termine ses points et valide sa **ceinture noire** !
- Clément marque 10 pts pour le **2^{ème} DAN**
- Sofien ne marque pas de point

Samedi 29 Novembre :

- Guillain ouvre son compteur pour le **4^{ème} DAN** avec 10 pts !

Kata & UV2 :

Dimanche 12 octobre :

- Guillain valide son Kata et son **3^{ème} DAN** : un grand merci à son UKE du jour Sergio et également à Paul pour la préparation !
- Fleur & Meije valident leur **UV2** pour le **2^{ème} DAN** !



L'équipe Kata et UV2 réalise un 100% le 11 octobre !



Résultats !

Tournoi de Saint Egrève, 9 novembre :

Les jeunes judokas du club étaient présents en nombre (58 compétiteurs !) lors du tournoi de Saint Egrève. Certains ont découvert la compétition, d'autres ont pu retrouver d'autres camarades d'autres clubs.

Merci à Sergio pour son aide pour le coaching de nos jeunes combattants !

Tournoi « Excellence » de Fontaine, 22 novembre :

Plusieurs de nos plus vaillants compétiteurs sont allés affronter d'autres combattants aguerris lors du tournoi de Fontaine. Même si tout ne s'est pas passé comme espéré, tous ont pu gagner en expérience.

- Simon, Côme et Fleur s'arrêtent en 8^{ème} de final
- Julien gagne son premier combat, mais perd le suivant. Il marque quand même 10pts pour le 2^{ème} DAN
- Xavier perd ses deux combats.

District Benjamins, 29 novembre

Les 8 premières places sont qualificatives pour la coupe départementale :

- Ibrahim (-42) : 3^{ème}
- Gabriel DC (-42) : 5^{ème}
- Martin (-46) : 5^{ème}
- Loïc (-38) : 5^{ème}
- Zahra (-32) : 2^{ème}
- Margaux (-32) : 3^{ème}

Ça ne passe pas malheureusement pour Gabriel D, Léo (-38), Aymen (-42) et Caleb (-34) cette fois ci, qui apprennent.



Les garçons benjamins



Zahra et Margaux, fraîchement médaillée

Félicitations également à Ludovic qui termine 3^{ème} de la coupe départementale des commissaires sportif !



Avec Meije en mentor pour l'arbitrage, Ludovic ne peut qu'être au top !

Coupe départementale Minimes, 29 novembre

Les 8 premières places sont qualificatives pour la coupe interdépartementale :

- Hugo (-60) : 3^{ème}
- Léonore (-57) : 3^{ème}
- Lucy (-63) : 3^{ème}
- Léia (-63) : 2^{ème}
- Robin (-42) : 5^{ème}
- Maël (-50) : 7^{ème}

Wassim (-60), Milo (-55) et Soen (-46) ne se qualifient pas mais acquièrent de l'expérience.



Hugo, Léonore, Lucy et Léia sont allés chercher leur qualification

Félicitations à tous nos jeunes (qualifiés ou non) qui font honneur au club et qui rendent Coach Steph' très fière !



Prochains événements

Samedi 6 décembre, Just diots it :



Les diots reviennent sur le marché le 6 décembre. Vous pouvez précommander vos saucisses préférées grâce au bon de commande transmis à vos enfants et les récupérer au stand du marché de Moirans. Vous pouvez même nous laissez votre « boîte » au dojo la semaine précédente.



Samedi 6 décembre, tournoi de Rives :



Les inscriptions se font au dojo !



Samedi 6 décembre, championnat départemental cadet 1D :



Les inscriptions se font au dojo !



Vendredi 12 décembre, entraînement commun Rives, Tullins, Vinay, Moirans :

Cette fois ci, c'est Moirans qui accueillera les judokas.



Samedi 13 décembre, rencontre « mini-samouraïs » à Moirans :

Moirans accueille l'animation dédiée au pré-judo des mini-samouraïs. Les inscriptions se font au dojo.



Samedi 20 décembre, circuit minimes et tournoi junior à Portes-lès-Valence :



Les inscriptions se font au dojo !



Samedi 10 et dimanche 11 janvier, coupe des rois (label A) à Romans :

Samedi : tournoi minimes individuel



Dimanche : tournoi cadets/cadettes individuel et tournoi par équipe minimes.



Samedi 17 janvier, championnat départemental 2D/3D seniors à Domarin



Les inscriptions se font au dojo !




Dimanche 18 janvier, championnat interdépartemental cadets/cadettes 1D



Pour les qualifiés





Samedi 24 janvier, critérium départemental benjamin / Coupe du jeune arbitre Minimes / Coupe du jeune commissaire sportif minimes 

Pour les qualifiés.



Plateforme de passage de grade n°2 et KAGAMI BIRAKI à Vaulx Milieu.



Samedi 31 janvier, championnat régional cadets/cadettes 1D à Arnas 

Pour les qualifiés.



Dimanche 1^{er} février, UV4 1^{er} et 2eme DAN Session n°3 (option arbitre) et stage d'arbitrage n°2 à Monestier de Clermont



Mardi 3 février, stage Kata à Lyon



Dimanche 8 février, grand slam de Paris !



Une petite délégation de Moirans Judo sera présente sur place !



Lundi 16, mardi 17, mercredi 18 février : stage départemental minimes à la Roche sur Foron 

Sur sélection



Samedi 28 février, passage de grade UV3 (SHIAI) à Andrézieux Bouthéon :  

Juniors/Séniors ceintures marrons et noires.

Prochains Stages

Les stages sont ouverts aux Mini-Poussin(e)s, Poussin(e)s, Benjamin(e)s. Les inscriptions se font au dojo. L'encadrement est assuré par Stéphanie et les cadets/juniors du club.

Date des prochains stages :

- Stage vacances de Noël : 29 et 30 décembre
- Stage vacances d'hiver : 9, 10 et 11 février

Suivez-nous sur les réseaux :



Site internet : <http://www.moiransjudo.com/>



Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100062706441810>



Instagram : <https://www.instagram.com/moiransjudo/>



Nos partenaires principaux



Icones : Flaticon.com