



# JudoCom



## LE MOT DU COMITE :

Ce début de saison a été très riche en animations dans notre département. Je pense que beaucoup d'entre vous ont apprécié toutes ces activités. Que se soit des stages en soirée ou en journée (arbitrage, techniques sportives, judo loisir, Kata, Jujitsu, personnes handicapées) ou le traditionnel tournoi du Conseil Général à St Leu, ou encore le tournoi cadets et cadettes (qui a eu lieu cette fois à Villers St Paul) aussi le tournoi minimes de Breteuil...

Je profite de cet éditto pour remercier tous les acteurs de ces animations (dirigeants de club organisateur, enseignants, arbitres, commissaires sportifs et responsables de manifestations..).

Il est appréciable pour notre sport d'avoir toutes ces personnes qui s'impliquent et donnent le meilleur d'eux même pour que tous ces adeptes du judo ont à leur disposition des organisations de bon niveau.

Ce n'est pas la perfection, bien sur, et il y a toujours des améliorations à apporter... La critique est facile pour certains... Je leur demande un peu d'indulgence et pourquoi pas un peu plus d'implication dans le « système ».... C'est cela l'entraide et la prospérité mutuelle...



**Jacky ERISSET**  
Président du Comité Oise Judo



# JudoCom

## COMMISSION SPORTIVE :

### La semaine du Judo à Villers St Paul (voir article site comité oise judo):

La semaine du 25 au 31 octobre a été riche en judo à Villers St Paul. Cela a commencé avec du judo au centre aéré le mercredi 27. Il est vrai que depuis les vacances d'été le centre aéré organise tous les mercredis une initiation judo avec des athlètes du Judo Oise Picardie « le JOP » (club qui regroupe les meilleurs athlètes du département). Cette organisation a été mise en place avec la Municipalité et le Comité Oise de Judo. Les jeunes Villersois ont, par cette animation, quelques notions, sur ce sport très éducatif avec des valeurs reconnues (le respect, la politesse, le courage, l'honneur...etc). Une pédagogie adaptée permet le développement physique et intellectuel de ces jeunes pratiquants. Cette activité a lieu dans le dojo de la salle G. Lepite.

Le JOP a fourni, dernièrement, des kimonos au centre aéré pour que les pratiquants évoluent avec une tenue adaptée.



Un groupe du centre aéré lors des vacances d'été avec Cédric Médeuf et Michel Bikoula.



Des jeunes du centre aéré un des mercredi d'octobre avec Julien Afchain



Les stagiaires et leurs entraîneurs dans la salle H. Salvador

Du Jeudi 28 au samedi 29, un stage a été organisé par le Comité Oise de Judo et animé par le Conseiller Technique Lakhdari Benabdelmoumène et les techniciens de la commission sportive, pour les minimes et cadets de l'Oise et des départements et clubs de l'Ile de France qu'ils n'ont pas l'habitude de rencontrer. Il y a eu quelques 120 judokas dans la superbe salle Henri Salvador de Villers St Paul. L'hébergement a été assuré au Campanile de Creil-Villers, partenaire du Comité Oise de Judo.

Le samedi Après midi a eu lieu dans la même salle H. Salvador le championnat de l'Oise par équipe 2ème division excellence. A été sacrée championne l'équipe du JC Noyon. Le JC Liancourt a terminé 2ème et les 3ème ont été les clubs de Laigneville et de Mouy. Ce même jour se déroulait également le championnat départemental Jujitsu duo technique. Les résultats ont été les suivants : en Benjamin et minimes : 1<sup>er</sup> Bautain Roman de Venette et Moukni Yacine de Venette. En mixte noire et marron 1<sup>er</sup> Kadziolska Valérie et Moukni Aziz de Venette. 2ème Lefeuvre Marine et Cailly Mickaël de Grandfresnois.

Le dimanche 31 octobre a eu lieu, salle H. Salvador, le tournoi national cadets-cadettes Oise-Picardie, trophée Abdel Laribi, organisé par le club local, celui de Clermont et du JOP. 225 participants des plus prestigieux



# JudoCom

clubs nationaux se sont rencontrés. Les judokas de l'Oise ont eu, face à eux, des judokas de très bon niveau. Les jeunes filles Isariennes ont été les meilleures avec 1 médaille d'or (Audrey LOPES du club de Laigneville en moins de 40kg), 3 d'argent et 2 de bronze alors que les garçons ont remporté 2 médailles d'argent et 3 de bronze. Un trophée, une médaille d'or, un sac de sport et une serviette brodée avec le logo du tournoi a été remis aux vainqueurs, les deuxièmes ont eu en plus de leur médaille d'argent un sac de sport. Les résultats sont détaillés sur le site du Comité Oise

( [www.oisejudo.com](http://www.oisejudo.com) )



Tournoi cadets/cadettes salle H. Salvador ou de nombreux spectateurs assistés à cette manifestation



Remise du trophée Abdel Laribi par Mr Gérard Weyn, Maire de Villers St Paul, Vice-Président du Conseil Général de l'Oise, chargé des sports, assisté du directeur du Campanile de Creil-Villers

## **Championnat Oise par équipe séniors excellence du 30 Octobre 2010:**

**JC Noyon 1er**

**JC Liancourt 2e**

**JC Laigneville 3e**

**US Mouy 3e**

**AM Compiègne**

**JC Laigneville**

A l'issue de ce championnat les équipes du JC Noyon, JC Liancourt et du JC Laigneville maintiennent leur classement dans la division "excellence" et sont qualifiés pour le prochain championnat régional par équipe séniors (voir calendrier régional).

Le prochain rendez-vous par équipes séniors "Honneur" qualificative à la phase régionale est prévu le samedi 27 Novembre 2010 à la salle Léo Lagrange (Pt St Maxence).

Voir sur le site du comité Oise Judo "Affiche et condition de participation au championnat par équipe séniors excellence et Honneur 2010-2011 "



# JudoCom

## **Circuit Minimes des "Petits As" du 07 Novembre 2010 à Breteuil (Près de 230 participants):**

Le dimanche 07 novembre 2010 a eu lieu le « circuit des petits as » n° 2. (le n° 1 ayant été fait lors du challenge du Conseil Général). Il est rappelé que cette animation s'adresse aux minimes filles et garçons et elle permet de détecter les judokas les plus motivés et de les aider à préparer leurs échéances sportives. Ceci permet aussi de créer une dynamique et une régularité des participants planifiées tout au long de la saison. Cela rend plus équitable le système de sélection et permet une ouverture sur d'autres départements... Le prochain rendez-vous est le 21 novembre à Villers-Cotterets.



**photo: circuit Minimes petits As à Breteuil du 07 Novembre 2010:**

## **Rencontre par équipes minimes filles et garçons du 60, 02, 78, 93 et 45... Le groupe Oise termine 1er !**

**L'équipe de l'Oise minimes avec leurs Coachs :Michel Lebrun (JC Noyon) et Tahar Benbouazza (JC Précy S/Oise)**



Ce Jeudi 11 novembre, comme chaque année ce même jour, les équipes minimes filles et garçons des départements et ligues de l'Oise, de l'Aisne, des Yvelines, de la Seine St Denis et du Loiret se sont rencontrées à SENLIS au complexe des 3 Arches. Le matin l'ensemble des judokas ont participé à un stage en commun animé par les entraîneurs et coachs des équipes. L'après midi, après un déjeuner en commun, a eu lieu la rencontre où chaque judoka, des équipes composées d'un judoka par catégorie, a combattu avec ceux de sa catégorie des 4 autres équipes. L'équipe de l'Oise a terminé 1ère en battant



# JudoCom

les 4 autres équipes. L'équipe 2ème a été celle des Yvelines, la 3ème le Loiret, la 4ème la Seine St Denis et la 5ème l'Aisne. Un grand merci aux dirigeants du club de judo de Senlis qui ont organisé cette manifestation. L'année prochaine, ce sera au département de l'Aisne d'organiser cette manifestation qui s'effectue en tournant.

(voir site comité Oise Judo).

Veuillez trouver ci dessous le groupe Oise Victorieux de la rencontre Amicale "Jean Guenez" indiqué ci dessus et également retenus pour participer au stage régional Minimes du 27/28 Novembre 2010 au centre des 03 DOMS de Montdidier (Somme).

La commission sportive vous souhaite un bon stage !!!!!!!!!!!!!

## **Liste des judokas sélectionnés:**

### **Groupe Oise Féminin Minimes:**

- 36 kg Lopes Nadège JC Laingeville
- 40 kg Ramillon Virginie AS Noyon
- 44 kg Melbouci Sabrina JC Clermontois
- 48 kg Chazot Aurélie JC Clermontois
- 52 kg Louis Sydney Marylin JC Pt St Maxence/Pontpoint
- 57 kg Blondeau Chantal AM Compiègne
- 63 kg Chaussalet Roxanne JC Laigneville
- 70 kg Linon Alison JC Goincourt
- +70 kg Si Abdelhadi Naïma AM Compiègne

### **Groupe Oise Masculin Minimes:**

- 34 kg Dolashir Hajdo JC Nogent les Obiers
- 38 kg Tonneau Hugo JC Noyon
- 42 kg Saignac Romain JC Chambly
- 46 kg Grippon Pierre JC Précy S/Oise
- 50 kg Mérian Pierre-Alain Budokan Méru
- 55 kg Evrad Robin JC Précy S/Oise
- 60 kg Andriamanjaka Vivien FJEP Chambly
- 66 kg Lefevre Thomas JC Pt St Maxence/JC Pontpoint
- 73 kg Gherdaoui Maxime JC Précy S/Oise
- +73 kg Riffart Renaud JC Précy S/Oise



# JudoCom

## Championnat de France 1 Division du 13/14 Novembre 2010 à Périgueux:

### Liste des athlètes Isariens sélectionnés:

- 60 kg Afchain Pierre-Emmanuel JOP/JC Bornel
- 66 kg Vatel Aurélien JC Pt St Maxence/Pontpoint
- 73 kg Bourassi Ayoub Judo OisePicardie
- 81 kg Malitourne Florian JOP/JC La Chapelle St Pierre

adresse email CTSD: [lakcdoj@aol.com](mailto:lakcdoj@aol.com)

Lakhdari BENABDELMOUMENE  
*Cadre Technique Département*



### COMMISSION JU-JITSU :

### STAGES ET ENTRAINEMENTS JUJITSU

Les stages jujitsu ont toujours beaucoup de succès, mais quelques pratiquants(es) rencontrés lors des compétitions ou lors des stages disent ne pas toujours avoir les dates des entraînements.

Présidents, professeurs, je compte sur vous pour faire le rappel quelques jours avant du prochain stage.

Le programme n'est pas figé, toutes les facettes peuvent être abordées sur place.

Prochain stage le dimanche 28 novembre à Mouy.



Christian ISTACE  
Formateur régional chargé du  
développement de la pratique



# JudoCom

## COMMISSION ARBITRAGE :

Je vous propose de mettre à jour vos connaissances sur l' adaptation transitoire du règlement français au règlement international en cliquant sur le lien ci-dessous.

<http://www.liguepicardiejudo.com/commission/arbitrage/2009-2010/Adaptationarbitrageau16janvier2010.pdf>

Vous trouverez aussi le règlement spécifique Minimes et Benjamins sur le lien:

<http://www.liguepicardiejudo.com/commission/arbitrage/2009-2010/ReglementBenjaminMinimes.pdf>

Il y a peu de pages à lire, et cela peut vous aider à préparer les championnats.

Si ces liens ne fonctionnent pas, vous trouverez les documents sur le site de la Ligue de Picardie, en page d'accueil.

Avec mes salutations

Eric CAUVEL,  
Commission Arbitrage

## COMMISSION JUDO & PERSONNES HANDICAPEES:

### ➤ Dans le Noyonnais

Le mercredi 27 Novembre au COSEC de Noyon, Claude et Jean-Jacques de la section handi-judo du Noyonnais ont organisé une animation pour les sportifs handicapés dont les résidents d'Halatte de Pont Sainte Maxence étaient accompagnés par Jennifer.



Trois ateliers leurs étaient proposés :

- judo au sol avec Claude et Jean-Jacques.
- judo debout avec Stéphane et Patrick.
- le sport chanbara avec des personnalités de la discipline : Jean-Louis Rocon DTR 77 et notre dynamique Michel Boudon.



# JudoCom

Merci à Tous pour ce moment de convivialité avec ces sportifs toujours aussi accueillants.



**Patrick Pignard**  
Membre de la Commission  
Départementale  
Judo & personnes handicapées

## ➤ Une intégration en Club dans le Valois

Dans le cadre du projet club, le judo club de Crépy en Valois en partenariat avec l'ESAT de Crépy en Valois de l'ADAPEI 60 a ouvert et ouvrira son dojo à huit judokas handicapés le samedi de 16h30 à 18h00 . Jeunes et anciens volontaires du club seront aussi invités à ce cours à dominant Kata .

## ➤ ERJJ spécial handicap

Collègues de L'Oise, venez nombreux le dimanche 19 décembre vous former ou avoir une 1ère approche à l'accueille de personnes handicapées dans vos club, la formation sera, je n'en doute pas de très bonne qualité.

### **Le matin:**

#### **Accueil: 08h30/08h45.**

- 8h45 à 12h30 : intervention d'un membre de la Commission Nationale : Judo et Personnes Handicapées...
- Publics: la Formation Modulaire - Les Enseignants - les AS et AC
- Exposé diaporama sur la notion "Handicap" et la commission ; Travail pratique et Débat...

## ➤ communication JPH

Profitant d'une manifestation régionale le 27 et 28 à Villers - Cotterêts, un stand d'information et de communication « judo et personnes handicapées » accueillera les personnes qui souhaitent avoir quelques infos sur ce sujets. Cette pratique se





# JudoCom

fait dans d'autres régions et cela fonctionne. Alors nous allons aussi essayer cela en Picardie.

Cordialement



**Albert Marcati,**  
Responsable des Commissions  
Départementale et Régionale  
Judo & Personnes handicapées

## COMMISSION FORMATION, KATA et CEINTURES NOIRES:

### Commission FORMATION

#### **Formation animateurs-suppléants et assistants-club**

DATES & HORAIRES		LIEUX	PROGRAMMES
Samedi 27 Nov.2010	09h00-12h30	Montataire Dojo Marc Taïdeman (près de la piscine)	Tachi Waza – Nage Waza – – Différentes approches pédagogiques -

Un seul nouveau candidat est venu « en observateur » lors de la première session. Tout le monde comprendra que la programmation des sessions suivantes ne pourra se mettre en place avec un si faible taux de participation. Nous rappelons cependant que les formations AS et AC peuvent se faire également au niveau de la ligue (inscription auprès du secrétariat de la Ligue : [picardie.judo.ligue@wanadoo.fr](mailto:picardie.judo.ligue@wanadoo.fr) )

Il est à noter également que les animateurs et assistants confirmés verront leur certification renouvelée si le volume d'horaires de formation continue en stage fédéraux est bien confirmé par la ligue, en fin de saison (20 heures pour AS et 10 heures pour les AC).

#### **Stage préparatoire au passage de grade UV technique**

Le premier stage s'est déroulé le samedi matin 6 Novembre au dojo de Montataire et aux dires des participants, semble avoir répondu à leurs attentes en termes de préparation de la prestation et des attentes du jury.

Les prochaines sessions porteront plus spécifiquement sur un accompagnement à la préparation de la prestation, initiée préalablement en club.

DATES & HORAIRES		LIEUX	PROGRAMMES
Samedi 04 Dec.2010	09h30-12h30	Montataire Dojo Marc Taïdeman (près de la piscine)	Formation passage grade UV technique -



# JudoCom

## Coupe Départementale des Ceintures Noires

### RESULTATS de la COUPE de l'OISE des CEINTURES NOIRES le 11 NOVEMBRE 2010 à COMPIEGNE

#### MASCULIN

##### 1er DAN - 73 KGS 10 JUDOKAS

	JC NOGENT
1	ABBAS SAMMY
2	CESARION GARY
	JJC PONTOIS
3	MAST DAMIEN
	JC LIANCOURT
3	VALDIN BAPTISTE
	JC LIANCOURT
5	NOEL FRANCK
	US MOUY
5	MINOT PAUL
	JC NOGENTAIS

##### 1er DAN + 73 KGS 10 JUDOKAS

	LIANCOURT
1	LE POTIER KEVIN
2	BELAIDI BENJAMIN
	AM COMPIEGNE
3	MATHAR FRANCK
	US MOUY
3	FROION JEROME
	JC LAIGNEVILLE
	VANDENHESTE BAP-
5	TISTE
	JC ST JUSTOIS
5	ZOUAOUI WALID
	US MOUY

##### 2ème DAN LEGER 3 JUDOKAS

	JC NOGENT
1	LEFEBVRE DIMITRI
	OBIERS
2	FROMION ANTHONY
	LAIGNEVILLE
3	DESMULIE LAURENT
	COMPIEGNE

##### 2ème , 3ème e DAN + 73 KGS 3 JUDOKAS

	JOP
1	BAS GUILLAUME
	SENLIS
2	MOUTBEKA VICTOR
	JC ST JUSTOIS
3	AVICO KEVIN

##### TOUTE CATEGORIES 9 JUDOKAS

	SENLIS
1	MOUTBEKA VICTOR
	JC NOGENTAIS
2	JARDIN MEDERIC
	US MOUY
3	NOEL FRANCK
	JC ST JUSTOIS
3	AVICO KEVIN

#### FEMINIME

##### 1er et 2ème DAN - 63 KGS 5 JUDOKATES

	JC BETZ
1	MARCELIN LOIS
	JC NOGENTAIS
2	LECONTE ALEXIA
	CREVECOEUR le
3	GANE
	GRAND
4	TROUILLET EUGENIE
	JC CINQUEUX
5	OGER ALEXANDRINE
	DOJO NEUILLYSIEN



# JudoCom

**Nota** : il est regrettable que certains n'ai pas jugé nécessaire de rester jusqu'à la fin de la manifestation pour recevoir leur médaille. Venir « prendre des points » et repartir sans même prévenir de son absence au podium ne représente pas les valeurs qu'une Ceinture Noire, ambassadrice de notre discipline, se doit de porter.

[secretariat.judo.oise@gmail.com](mailto:secretariat.judo.oise@gmail.com) ou [oise.judo@club-internet.fr](mailto:oise.judo@club-internet.fr)



**Pascal BURANELLO**  
Vice-Président Oise Judo  
Resp Com des CN

[pascal.buranello@wanadoo.fr](mailto:pascal.buranello@wanadoo.fr)

## COMMISSION FEMININES

Dimanche 24 octobre 2010 à eu lieu le premier regroupement féminin de la saison 2010-2011, ouvert à toutes les féminines de l'oise de benjamines (2000 1999) à seniors et plus.

Nous avons eu le plaisir d'avoir une initiation de sport chanbara, animée par Claude VARLET, Michel PARIGOT , ainsi que les représentantes du AS Judo Noyonnais . Pour la partie Judo, c'est Marie Laure SAVARY , qui devant un groupe disparate, de la ceinture blanche à la ceinture noire, sans oublier une personne venant du TAÏSO, nous a fait travailler le NE WAZA.





# JudoCom

Les clubs présents : ONS EN BRAY, MONTAGNY EN VEXIN, MILLY SUR THERAIN , GRANDFRESNOY (en grand nombre, petit clin d'œil à Marine pour avoir décidé une bonne partie des filles de son club à participer), LAIGNEVILLE , ORY LA VILLE, AS JUDO NOYNNAIS, GOINCOURT, PONT SAINTE MAXENCE .

UN GRAND MERCI A TOUTES de votre participation et cela malgré la pénurie d'essence...

Je vous donne rendez vous le samedi 5 février 2011 à PLAILLY de 14h00 à 16h00. Et je crois qu'il y a de l'inauguration dans l'air...

J'attends également vos propositions pour savoir ce que vous avez envie de faire lors de ce regroupement tant au niveau Judo que Jujitsu .

Fabienne CREPY  
Commission féminine  
[famillycrepy@aol.com](mailto:famillycrepy@aol.com)

## COMMISSION MEDICALE :

### II- Sports et P.T.H.

Dans un article précédent nous avons vu les généralités sur les prothèses de hanche. Dans celui-ci nous aborderons « l'association » PTH et activité sportive.

1- **La pratique du sport est** souhaitable pour le système cardio-vasculaire et pour l'appareil locomoteur. Les bénéfices physiologiques sur les différentes fonctions entraînent un bien être général et psychologique avec adaptation à l'effort, amélioration de l'endurance et des capacités aérobiques, effets bénéfiques sur l'anxiété, le stress et la dépression.

Les recommandations sont au minimum de trois fois 20 minutes par semaine.

#### 2- Sports avec une prothèse de hanche.

- Autorisés : ceux qui sont peu contraignants pour les articulations des membres inférieurs = natation, marche, randonnée, cyclisme, voile, golf, la pétanque ...
- Sous certaines conditions : aérobic, ski de fond et alpin, patin à glace, tennis simple
- Interdits : hand-ball, Karaté, **Judo**, sports de combat, basket-ball.

Cela repose sur le bon sens, mais pas sur des données scientifiques. Les sports à haut niveau d'impact sont interdits, comme ceux de haut niveau de compétition.

Le tennis, le ski ou le golf ont été étudiés en détail, chez d'anciens joueurs de haut niveau. Au golf le swing est considéré comme un geste nocif surtout pour la PT du genou.

Il semble paradoxal que le ski soit autorisé alors que les impacts au cours d'une descente sont importants, alors que le Judo est interdit.



# JudoCom

### 3- Données biomécaniques

Si la marche est peu contraignante pour la hanche et le genou (4 à 5 fois le poids du corps), par contre le jogging donne des pics de contrainte importants pour la hanche (5 à 6 fois) et pour le genou (10 à 14 fois le poids du corps).

Le ski, sport permis par certains, entraîne des contraintes de 10 à 15 fois le poids du pratiquant.

Pour le judo ou les pratiques assimilées il n'y a pas d'étude biomécanique à ce jour. Le bon sens veut que lors de randori ou de combat les contraintes soient importantes, mais lors de démonstration, de randori à thèmes, ou de kata, quand est-il ??

- 4- **L'apprentissage d'une nouvelle activité sportive** est plutôt déconseillé, un prothésé ne commencera pas un nouveau sport, entre autre le judo. S'il y a désir de commencer un nouveau sport après pose d'une prothèse, bien sûr pour la préserver à long terme, il faut privilégier les sports à faible contrainte.

La reprise d'activité physique, voire sportive après PTH fait partie des questions chez beaucoup de futurs prothésés : le patient doit connaître les bienfaits sur l'état général, sur l'adaptation cardio-vasculaire et sur l'appareil locomoteur mais aussi en connaître les risques et les assumer.

Donc il faudra un équilibre entre activité recommandée et exigences du patient.

- 5- **P.T.H. et Judo** : la seule étude au niveau du judo est celle du Dr. D. Rousseau (médecin de la FFJDA), de Nicolas Lefevre (chirurgien orthopédiste) et de S. Herman (chirurgien orthopédiste).

Ils ont réalisé une enquête au sein de la FFJDA : un questionnaire a été envoyé à 212 judokas âgés de plus de 60 ans et au moins 6<sup>ème</sup> dan.

**Résultats** : 36 sont porteurs d'une PTH au moins, 9 ont une PTH bilatérale. Parmi eux 19 ont été opérés pour pouvoir continuer la pratique du Judo.

Sur les 36 opérés dont l'âge moyen au moment de l'intervention est de 63 ans, 22 pratiquent encore, en moyenne 2,37/semaine (de 1 à 4 fois). Ils ont repris le judo en moyenne 3,9 mois après l'intervention (de 2 à 10 mois). Ceux ayant changé leur pratique (21) ont choisi : randori libre 5, randori à thème 9 et démonstration 21.

Pour ces 22 le chirurgien avait conseillé :

Arrêt de tous les sports = 1 ;

Arrêt du judo (entraînement) = 11 ;

Arrêt du judo libre (chute) = 17 ;

Faire un sport sans contrainte = 18

Sports conseillés : Marche = 15 ; Natation = 11 ; Vélo = 16 ; Golf = 2

**Complications à 9 ans** : reprise de PTH pour usure = 2 ; Tendinite du moyen fessier = 1 Douleur = 1

Pas de luxation, pas de fracture.

**Ils concluent** : « 81% des patients reprennent le judo en modifiant leur pratique, alors que leur chirurgien leur conseillait d'arrêter dans 63% des cas. Leur pratique est supérieure à 2 fois par semaine et se fait en moins de 4 mois après l'intervention. 88% des patients sont satisfaits ».

Et : « le faible taux d'échec et le bon degré de satisfaction de ces 36 patients montrent qu'ils sont en mesure de pratiquer régulièrement le judo. Mais les résultats de cette étude ne peuvent donner de recommandation quand à la pratique du judo après PTH. De futures études sont nécessaires pour détermi-



# JudoCom

ner les conséquences (cliniques et radiographiques) à long terme de la pratique du judo après PTH. »  
Cette étude est encourageante pour ceux qui veulent pratiquer le Judo avec une PTH.

## Remarques :

- Il n'y a pas encore d'étude pour des gradés de niveau inférieur au 6<sup>ème</sup> dan
- Le Judo semble plus connu pour les non initiés comme un sport de compétition. Pourtant c'est la « voie de la souplesse » = Judo ou la technique de la souplesse = Ju-jitsu et pas seulement un sport de combat.
- Les futurs prothésés pratiquant le >Judo-Ju-Jitsu sont arrivés à un âge où la compétition n'est souvent plus un but.

**En conclusion** : que dire à C. qui a besoin d'être opéré de sa hanche gauche ?

- Perdre du poids : pour la santé en générale et pour « alléger » la charge sur la future prothèse
- Se préparer à l'intervention : kiné, travail de la musculature des membres inf.
- Voir et discuter avec le chirurgien :
  - 1- Ses intentions vis-à-vis du Judo ? :
    - Continuer à enseigner,
    - Démontrer les techniques,
    - Faire des randori à thème, éventuellement.
    - Mais pas de compétition, pas de combat, et éviter les chutes brutales.
  - 2- Choix de sa prothèse = dans son cas
    - Une classique en métal-polyéthylène
    - De 28 : bon compromis pour éviter la luxation et pour l'usure
    - Sans ciment mais recouverte d'hydroxyapatite
  - 3- Intervention par voie antérieure (pas de section musculaire)
  - 4- Accepter le fait que d'a voir des activités physiques régulières et plus intenses risquent d'user plus rapidement la prothèse et qu'un remplacement dans 15 à 20 ans (vers ses 65 ans) sera peut être nécessaire.
- Reprendre le Judo progressivement en sachant que certaines techniques seront évitées ou faites avec précautions. Pas question dans un premier temps, avec une PTH gauche, de faire Uki Waza à gauche, Tai Otoshi à gauche ou les techniques gauches avec abduction importante.  
Par contre la hanche gauche servant de pivot pour les techniques faites à droite la reprise progressive des démonstrations ne devrait pas lui poser de problème.

Mais cela est valable pour C. et n'est pas une généralité applicable à tous, chaque cas est particulier. Les choix seront faits en fonction de chacun, de ses désirs, de ses craintes et de son chirurgien.

L'amélioration des prothèses, des techniques opératoires, le fait que les interventions se font de



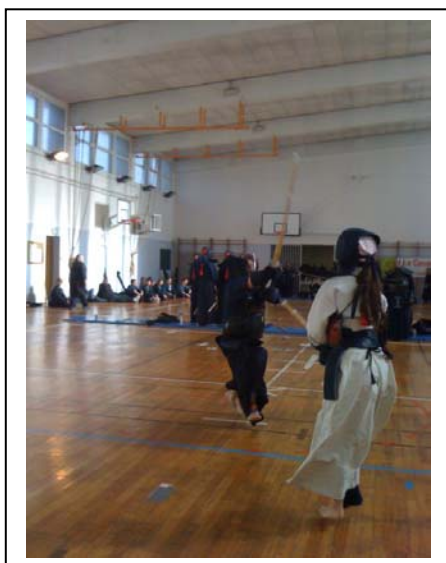
## JudoCom

plus en plus chez des sujets plus jeunes, qui veulent rester actifs, rendent compatibles PTH et sport. Et sous conditions et avec précautions, ils pourront reprendre leurs activités sportives, mêmes différentes de celles autorisées à ce jour.

Dr Claude Cateley, membre de la commission médicale

### KENDO-SPORT CHANBARA :

Les 2 et 3 avril 2011, Claude VARLET et moi-même, organisons avec le concours du Comité de l'Oise de Judo; une initiation a la compétition de sport chanbara à NOYON. Elle sera réservé aux licenciés judo/ jujutsu. Pour cela, il nous faut faire connaitre un peu cette discipline. Je vous lance donc ce soir, un appel (presque du 18 juin !) afin de vous proposer de passer dans vos club a vos horaires de cours, a partir de maintenant et jusqu'a fin février. La commission féminine de l'Oise nous a déjà accueillie, il y 3 semaines à LAIGNEVILLE, et elles en redemandent. Comme Fabienne semble le souhaiter, nous serons avec elles à PLAILLY lors de leur prochain regroupement. Claude VARLET et moi même restons a votre disposition, diffusé cette info dans tous les clubs amis. De poussins a séniors hommes femmes, nous pouvons faire une initiation tout âges regroupés.



Ici le Kendo, démontré par 2 jeunes Féminines, démontrant ainsi que cette discipline, hautement martiale sait aussi s'adapter à tout type d'auditoire.

Attention, nous ne recherchons pas a prendre de licenciés au judo. Le sport chanbara n'a rien a voir avec le judo /jujutsu, mais il est une des discipline dans les DA de FFJ



## JudoCom

DA. Au niveau national, le président ROUGET encourage depuis 3 saisons ce genre de manifestation.

Dans l'attente de vos réponses.

Pour tout renseignement concernant cette activité, merci de vous adresser à :

M. Michel **PARIGOT** Tél. : **06 81 13 46 35**

E mail : [Mparigot@aol.com](mailto:Mparigot@aol.com)

### COMMISSION COMMUNICATION et JUDO LOISIRS :

#### **Judo Loisirs :**

L'animation Judo Loisirs de Creil, le 16 Novembre, a réuni une quarantaine de judoka, tous convaincus du plaisir d'échanger leurs savoirs et envies d'apprendre encore, le tout dans une ambiance conviviale.

Il domme, encore, de constater, que, dans beaucoup de clubs, on veuille s'étriquer dans un esprit du « fait maison », en se privant ainsi des échanges entre clubs.



Souhaitons que les prochaines soirées, dont celle toute proche organisée à Noyon, le 16 Décembre, soit l'occasion de recevoir de nouveaux participants.

#### **Communication :**

Nous vous rappelons que toute modification dans le fonctionnement de vos clubs, et, en particulier, dans la composition de vos équipes d'Enseignants et Dirigeants doit être signalée au Comité Départemental.

Merci donc de continuer à nous signaler ces modifications, sans attendre que les courriers ou courriels nous reviennent et nous obligent à vous rechercher ! Ceci est en particulier valable pour les changements d'adresses mail (ou d'opérateur).

[jean-michel.lambour@wanadoo.fr](mailto:jean-michel.lambour@wanadoo.fr)

Jean-Michel Lambour





# JudoCom

## RESULTATS :

### TOURNOI CADET OISE 31/10/10 Villers St Paul

#### -46

1	TUEUR Adrien	JC CHEPOIS
2	CHARRIERES Antoine	AMIENS SC
3	AMMAD Yanis	GS SENLIS
3	SUREAU Romain	JC ESCALES
5	GLANDIER Arnaud	STE GENEVIEVE
5	PINHO Kevin	GS SENLIS

#### -66

1	JOUBERT Anthony	JC ESCALES
2	DEMETZ Rodolphe	JUDO OISE PICARDIE
3	AHITE Gustave	JC ESCALES
3	CECILIA JOSEPH Hugo	CSM EAUBONNE
5	BOONE Anthony	JC QUINCAMP
5	PADRAO Christopher	AS WASQUEHAL

#### -50

1	LAVERGNE Antoine	VOI JUDO 95
2	ROMUALD Johan	VOI JUDO 95
3	BOCHEUX Thomas	ATHIES sous LAON
3	FAIVRE Léo	DOJO CERCLE MAILLOT
5	AUBRAIS Jérémy	STE GENEVIEVE
5	LAVERGNE Pierre	VOI JUDO 95

#### -73

1	CHELIN BORISS Landry	ACBB BOULOGNE
2	RODRIGUEZ Daniel	VAL DE MARNE
3	WISEUR Florent	JC BOHAINOIS
3	NEMORIN Cédric	VAL DE MARNE
5	BONIZEC Nicolas	ACBB BOULOGNE
5	DUFOUR Marius	HAVRE ATHETIC

#### -55

1	THIBAUT Sébastien	JC ESCALES
2	HUGOT Guillaume	VAL de MARNE
3	GUERRIER Baptiste	JUDO OISE PICARDIE
3	VAIGREVILLE Antony	CLO SARTROUVILLE
5	VILLEGIER Quentin	JC CREVECOEUR
5	CHARPENTIER Antony	CLO SARTROUVILLE

#### -81

1	GHERRAM Sofiane	JC ESCALES
2	LE BODO Dimitri	ALL GOELE PLAIN
3	NAVATIER Loïc	CSM EAUBONNE
4	SNALDI Juliano	ACBB BOULOGNE
5	THIBAUT Pierre	COMITE SOMME

#### -60

1	ACCARIE Remi	AS ETAPLOISE
2	DEMBRI Salime	AS NOISY le GRAND
3	PRIEZ Florian	VOI JUDO 95
3	BENAMIRA Alexis	ACBB BOULOGNE
5	PELLETIER Grégoire	ARTS MARTIAUX JOUY
5	VALLEE J. Christophe	DOJO CERCLE MAILLOT

#### -90

1	BIGAR Julien	ASS SPORT VAUREAL
2	LEBELLE Romain	JC HEMEVILLERS
3	MULIC Alexandre	LES MUREAUX SPORT
4	ORTAFFA Sébastien	VAL DE MARNE
5	BRINGER Andy	JC ORRY LA VILLE



# JudoCom

## P90

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1 HAMEL Simon    | CORS RENAUT SAI  |
| 2 GIBAND Matthew | ACBB BOULOGNE    |
| 3 SENECHAL Lucas | JC MAISON ALFORT |
| 4 PHILIPPE Dylan | JC ONS en BRAY   |

## TOURNOI CADETTES OISE 31/10/10 Villers St Paul

- |                     |                    |                       |                     |
|---------------------|--------------------|-----------------------|---------------------|
|                     | -40                |                       | -57                 |
| 1 LOPES Audrey      | LAIGNEVILLE        | 1 CIERPISZ Marine     | DOJO CLUB WASQUEHAL |
| 2 MOUNIER Cheyenn   | JC GRAND QUEVILLY  | 2 FREGARD Sandy       | JC CREVECOEUR       |
| 3 LEROUX Elisa      | STE GENEVIEVE      | 3 TEIXEIRA Maeva      | CLO SARTROUVILLE    |
| 3 ALLAIN Lucie      | SC CHAMONT         | 3 NOELIARIVELO Tahina | ACBB BOULOGNE       |
|                     |                    | 5 WALTER Morgane      | VAL DE MARNE        |
|                     |                    | 5 BUDIN Gwenaelle     | JC GOINCOURT        |
|                     | -44                |                       | -63                 |
| 1 BRUNAUD Audrey    | JC ESCALES         | 1 DUCHENE Morgane     | ACCBB BOULOGNE      |
| 2 BONOT Elke        | JC ORRY LA VILLE   | 2 BILLERET Laurie     | JC ATTICHES         |
| 3 TELLIEZ Eleonor   | JC SISSONNAIS      | 3 CATTEAU Mathilde    | COMITE SOMME        |
| 4 BERTON Judicael   | JC HAMOIS          | 3 COZETTE Elodie      | ETOILLE de MILLY    |
| 5 GEORGE Noemie     | JC ST JUSTOIS      | 5 FERREIRA Juliana    | ASS SPORT VAUREAL   |
|                     |                    | 5 VACHET Amélie       | JC BOHAINOIS        |
|                     | -48                |                       | -70                 |
| 1 AYMARD Virginia   | POLE ESPOIR AMIENS | 1 CAYLAH DIJOUX A     | DOJO SANNOISIEN     |
| 2 THEVENIN Mégane   | PRECY              | 2 LEQUEUX Margaux     | PE AMIENS           |
| 3 BUISINE Mathilde  | JC BOHAINOIS       | 3 LE LEER Marine      | BUDOKAN MERU        |
| 3 MOREIRA Kathleen  | JC CREVECOEUR      | 4 PROUILLET Lucie     | JC HAMOIS           |
| 5 BAGOT Sarah       | JC ESCALES         |                       |                     |
| 5 HOURLIER RIO Ma   | ASS SPORT VAUREAL  |                       |                     |
|                     | -52                |                       | P70                 |
| 1 LE NOE Lola       | JC ESCALES         | 1 PIVARD Alexandre    | VAL DE MARNE        |
| 2 HUBERT Anais      | COMITE SOMME       | 2 LOR Claire          | JUDO OISE PICARDIE  |
| 3 BUCHARD Amandine  | JC NOISEEN         | 3 DELHOSTE Gwenn      | JC NANGIS           |
|                     | DOJO CLUB WASQUE-  |                       |                     |
| 3 TERNISIEN Sidonie | HAL                | 4 BUISSART Claire     | JC NOGENTAIS        |
| 5 GANDON Zoé        | JC ABBEVILLOIS     | 5 CAMUS Orianne       | CLO SARTROUVILLE    |
| 5 FOURNOT Claudia   | ETOILLE de MILLY   |                       |                     |



# JudoCom

## Prochains évènements :

### Novembre :

Stage Technique Départemental	Ma	24 Nov 10	CREPY en VA-LOIS	Dojo Rue du Bois Tillet	Cadets Juniors Seniors		19h00-21h00
Stage d'Assistants Club/ Animateurs 2	Sa	27 Nov 10	MONTATAIRE	DOJO Tailleman Près de la piscine	Judoka ceinture Marron et Noire		09h00- 12h30
Circuit Benjamins 2	Sa	27 Nov 10	PONT STE MAXENCE	Dojo Léo Lagrange Rue Th Richard	Benj masc	-30/-34	13h30-14h15
					Benj fem	-32/-36	13h30-14h00
					Benj masc	-38/-42	14h30-15h15
					Benj fem	-40/-44	14h15-14h45
					Benj masc	-46/-50/-55/-60/-66/+66	15h30-16h15
Trophée Honneur Oise Equipes club 2 <sup>ème</sup> Division					Benj fem	-48/-52/-57/-63/+63	15h00-15h30
					Eq Sen Mas	-66/-73 -81/-90 +90	16h15-16h45

### Décembre :

Désignation	J	Date	Lieu	Salle	Catégories concernées	Horaires	
Stage Technique préparatoire aux grades hors compétition	Sa	04 Déc 10	MONTATAIRE	DOJO Tailleman Près de la piscine	Tous Judoka à partir de ceinture Marron	09h00- 12h30	
Regroupement Départemental 2	Sa	04 Déc 10	NOYON	Gymnase du COSEC Mt St Simon	Benjamins Minimés	13h30-16h00	
Stage Technique Départemental	Ma	24 Nov 10	SENLIS	Complexe des 3 Arches 30 Rue Gazeau	Cadets Juniors Seniors	19h00-21h00	
Stage Kata 4	Sa	11 Dec 10	MONTATAIRE	DOJO Tailleman Près de la piscine	Enseignants et Judoka	09h00- 12h30	
Circuit des Petits As 2 Tournoi Minimés Oise	Sa	11 Dec 10	BRETEUIL	Gymnase du SIVOM Rue du Général Lecercler	Min Masc	-34/-38/-42/-46/-50	14h15-15h00
					Min Fem	-36/-40/-44/-48/-52	14h15-14h45
					Min Masc	-55/-60/-	15h30-16h15



# JudoCom

						66/-73 /+73	
					Min Fem	-57/-63/ 70/+70	15h15-15h45
Stage d'Arbitrage					Arbitres, Enseignants, Judoka		14h30-17h00
Championnat Individuel Cadets/Cadettes	Di	12 Dec 10	BRETEUIL	Gymnase du SIVOM Rue du Général Leclerc	Cad Mas	-46/-50/ 55/-60	9h00-9h30
					Cad Mas	-66/-73/ 91/ 90/+90	9h45-10h15
Cad Fem					Toutes les catégories	10h00-10h30	
Jun Mas					-55/-60/ 66/-73	13h30-14h00	
Jun Mas					-81/-90/ 100/+100	14h15-14h45	
Jun Fem					Toutes les catégories	14h30-15h00	
Championnat Juniors M & F Individuel							
Stage Ju Jitsu 4	Di	12 Dec 10	MOUY	Dojo 55 Boulevard de Surville	Enseignants et Judoka		9h00-12h00
Stage Technique Judo Loisirs	Je	16 Dec 10	NOYON	Gymnase du COSEC Mt St Simon	Masculins et Féminines		19h30-21h30
Stage Technique Départemental	Lu	20 Dec 10	Blanc Mesnil		Minimes Cadets Juniors M & F	9h00	
	Me	22 Dec 10				17h00	

## Janvier :

Désignation	J	Date	Lieu	Salle	Catégories concernées	Horaires
Cérémonie des vœux	Sa	08-jan-11	Organisation Régionale, cette saison dans le Département de l'Aisne			
Regroupement Départemental 3	Sa	08-jan-11	MOUY	Dojo 55 Boulevard de Surville	Benjamins Minimes	14h00-16h00
Stage Technique Préparation Grade hors compétition Départemental	Sa	15-jan-11	MONTATAIRE	DOJO Tailleman Près de la piscine	Tous Judoka à partir de ceinture Marron	09h00- 12h30
Circuit des Petits As Tournoi Minimes Somme	Di	16-jan-11	Voir calendrier de la Somme			
Stage Technique Départemental	Ma	18-jan-11	PONT STE MAXENCE	Dojo Léo Lagrange Rue Th Richard	Cadets Juniors Seniors	19h45-21h30
Stage Kata 5	Sa	22-jan-11	MONTATAIRE	DOJO Tailleman Près de la piscine	Enseignants et Judoka	09h00- 12h30



# JudoCom

Stage Ju Jitsu 4	Di	23-jan-11	Villers St Paul	Gymnase Gaston Lepite	Enseignants et Judoka		09h00- 12h00
Animation Poussins (Petits tigres) 2	Di	23-jan-11	MOUY	Dojo 55 Boulevard de Surville	Poussins Inscriptions 9h-10h		10h-12h
	Di	23-jan-11	COMPIEGNE	Salle Robida Rue Rouget de Lisle	Poussins Inscriptions 9h-10h		10h-12h
Stage Technique Judo Loisirs	Ma	25-jan-11	MOUY	Dojo 55 Boulevard de Surville	Masculins et Féminines		19h30-21h30
Circuit des Petits As 6 Coupe de l'Oise Minimes	Sa	29-jan-11	PONT STE MAXENCE	Dojo Léo Lagrange Rue Th Richard	Min Masc	-34/-38/-42/-46/-50	14h15-15h00
					Min Fem	-36/-40/-44/-48/-52	14h15-14h45
					Min Masc	-55/-60/-66/-73 /+73	15h30-16h15
					Min Fem	-57/-63/-70/+70	15h15-15h45
Stage d'Arbitrage					Cadets	Inscriptions : 14h15-14h30	
Circuit Benjamins 3	Di	30-jan-11	PONT STE MAXENCE	Dojo Léo Lagrange Rue Th Richard	Benj masc	-30/-34	08h30-9h15
					Benj fem	-32/-36	08h30-9h00
					Benj masc	-38/-42	10h00-10h45
					Benj fem	-40/-44	10h00-10h30
					Benj masc	-46/-50/-55/-60/-66/+66	11h15-12h00
					Benj fem	-48/-52/-57/-63/+63	13h00-13h30
Stage d'Arbitrage					Arbitres, Enseignants et Judoka	08h30-12h00	
Tournoi Ne Waza et Stage d'arbitrage Ne Waza					Inscription préalable auprès du secrétariat avant le 26 Janvier 2011	Pesée : 14h00-14h30 Stage : 14h30-15h00	
Coupe Kata Départementale						Contrôle : 14h00-14h30	
Séminaire Enseignants et Dirigeants					Professeurs et Dirigeants de clubs	9h00-12h30	



# JudoCom

## Passeports sportifs:

Le Comité de l'Oise de Judo vous rappelle que vous pouvez vous les procurer lors des manifestations départementales (vous occasionnant moins de frais de port). Bernard COLIN est chargé de cette mission.

Pour le joindre :

8 rue du beau Regard - 60530 - LE MESNIL EN THELLE. Tél. 06 76 07 22 57.

Email: [papyco@wanadoo.fr](mailto:papyco@wanadoo.fr)

## ACTIVITES - RESULTATS & PHOTOS

(site Oise Judo ) [www.oisejudo.com](http://www.oisejudo.com)

Nous vous conseillons de vous rendre régulièrement sur le site « Oise Judo » que Thibaut DOUAY met régulièrement à jour. Tout dernièrement il a remodelé ce site en y apportant plus d'informations et une présentation plus conviviale.. Donnez votre avis sur ce site ; Faite un lien avec votre site....

## CONTACTS UTILES :

Pour tout besoin, suggestion, n'hésitez pas à contacter directement les membres du Comité Exécutif

Président : Jacky ERISSET

[erisset@club-internet.fr](mailto:erisset@club-internet.fr)

Secrétaire général : Thibaut DOUAY

[secretariat.judo.oise@gmail.com](mailto:secretariat.judo.oise@gmail.com)

Trésorier général : Michel CAUCHI

[michel.cauchi@pcg-informatique.fr](mailto:michel.cauchi@pcg-informatique.fr)

Vice- Président : Pierre LE TROADEC

[pierreplt@aol.fr](mailto:pierreplt@aol.fr)

Vice-Président : Pascal BURANELLO

[pascal.buranello@wanadoo.fr](mailto:pascal.buranello@wanadoo.fr)

Le CTSD : Lakhdari BENABDELMOUMENE [Lakcdoj@aol.com](mailto:Lakcdoj@aol.com)

Le secrétariat du Comité : [oise.judo@club-internet.fr](mailto:oise.judo@club-internet.fr)



# JudoCom

## LE SPONSORING

Nos partenaires, dont vous trouverez les logos et coordonnées, à la page suivante, nous permettent d'offrir aux judokas de notre département plus d'activités. Ils vous permettent aussi d'obtenir quelques avantages.... Prenez contact avec eux, ou avec nous, pour obtenir les conditions spéciales consenties aux licenciés FFJDA....



Samuel Vaast Animateur  
Conquête  
Tel 06 76 87 39 46  
E-mail : [sa-  
muel.vaast@lcl.fr](mailto:samuel.vaast@lcl.fr)



Mr Léon RASLE

[Boris.mignot@cg60.fr](mailto:Boris.mignot@cg60.fr)

