

- Seysses -

## Judo



### **Le judo continue de partager**

Après avoir repris les bonnes habitudes en reprenant le chemin des tatamis et goûter de nouveau à la préparation physique avec le traditionnel footing, la musculation et le fractionné, les judokas du Seysses Arts Martiaux judo ju-jitsu remettaient au goût du jour la notion de partage. Comme les années précédentes, le club avait décidé pour cette nouvelle saison de participer aux entraînements communs mis en place par le club de judo de Fonsorbes pour les judokas de 13 ans et plus. Une manière de se retrouver et d'échanger, une fois par mois, autour de notre sport le judo. Pour le premier cours de cette nouvelle saison, maître Stéphanie Dugas officiait et proposait aux 43 participants un entraînement soutenu et dynamique à base de répétitions et d'automatisations de situations de combat. Une bonne préparation avant les échéances à venir, le tournoi de Toulouse le 20 octobre pour les cadets et le tournoi national de Tarbes pour les séniors. Maîtres Daniel Marais et Xavier Métayer se satisfaisaient de cette préparation et attendaient avec impatience les premières échéances afin d'évaluer et d'affiner le chemin déjà tracé.

Légende photo: L'ensemble des participants présents sur ce premier regroupement.