



## Suivi des activités de la Caravane Judo Québec

### 29 janvier 2017 – Lanaudière

Le dimanche 29 janvier 2017, Suzanne Arsenault, ainsi que sa partenaire, Lyne Guertin, ont donné un stage de Nage no kata au club de judo St-Paul L'Ermitte à Repentigny. Le stage a duré 4h30, ce qui permettait aux ceintures marron et plus d'obtenir des points pour leur dossier de passage de grades. Cet aspect était très important pour les participants. Pour que le stage soit accrédité par Judo Québec, le stage devait obligatoirement durer un minimum de 4 heures. 21 judokas ont suivi le stage de Nage no kata, tous des ceintures marron ou noires. Le stage a été très apprécié par les participants car ces derniers n'avaient pas à se déplacer à St-Jean-sur-Richelieu ou à Québec pour participer à ce stage incontournable.



Les participants du stage de Nage no kata de la zone de Lanaudière.

## 17, 18 et 19 mars 2017 – Outaouais

C'était au tour de la région de l'Outaouais à recevoir les services de la Caravane Judo Québec du 17 au 19 mars 2017. Durant cette fin de semaine, une formation PNCE Instructeur de dojo adjoint s'est tenue au club de judo St-Jean Bosco. Du vendredi soir au dimanche, 12 judokas affiliés à un club de la région de l'Outaouais ont été formés en tant que professeur et entraîneur. Grâce à la Caravane Judo Québec, ces judokas ont pu bénéficier d'un rabais considérable, ce qui a été beaucoup apprécié. Félicitations aux nouveaux entraîneurs!



Les participants du PNCE Instructeur de dojo adjoint, de l'Outaouais.

## 19 mars 2017 – Laurentides

La zone des Laurentides a elle aussi reçu la visite de la Caravane Judo Québec cette même fin de semaine. Le dimanche 19 mars 2017 se résumait à être une journée de formation dirigée par Chantal Comeau au club JudoSphère à Deux-Montagnes. La première partie de la journée, soit de 9h00 à 12h30, était consacrée à une formation RCR (Réanimation cardiorespiratoire). Les participants ont eu beaucoup de plaisir à effectuer les multiples techniques de réanimation. Finalement, durant la seconde moitié de la journée, soit de 13h30 à 16h00, les Laurentiens ont pris part à une formation de Taping. Au total, 12 intervenants et entraîneurs de la région ont été formés gratuitement grâce au programme de la Caravane Judo Québec.



Les participants en action durant la formation RCR.



Des participants pendant la formation sur le Taping.



Le groupe des Laurentides qui a reçu la formation RCR/Taping au club JudoSphère.

## 21 mars 2017 – Mauricie

Après avoir reçu deux stages techniques d'Arthur Margelidon le 14 janvier dernier au club de judo Ghishintaïdo et au club de judo Seïkidokan, la zone de la Mauricie a voulu poursuivre l'expérience. Le 21 mars dernier, dans le cadre du programme des conférences « Jouez Gagnant! », Arthur est donc retourné à Shawinigan et à Trois-Rivières pour y donner 4 conférences dans des écoles primaires. Ce sont les écoles Dominique-Savio et Immaculée-Conception de Shawinigan, ainsi que l'Académie sportive (Édifice des Sports et Édifice de la Voltige) de Trois-Rivières qui ont eu la chance de recevoir cet athlète de haut niveau dans leurs locaux. Le programme « Jouez gagnant! », du Secteur du Loisir et du Sport du Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur vise à promouvoir les valeurs et les bienfaits du sport et de l'activité physique par le biais de conférences offertes par les athlètes et les entraîneurs boursiers du Programme Équipe Québec. Durant cette journée, Arthur Margelidon a livré un discours motivant et inspirant à plus de 500 jeunes d'âge primaire. Ces derniers ont été très attentifs, mais surtout impressionnés par les démonstrations de judo d'Arthur Margelidon et de ses partenaires. Les administrateurs de Judo-Mauricie étaient très heureux d'avoir pu accueillir le champion canadien élite 2017 des 81 kg pour une deuxième fois cette année. Il s'agissait d'une excellente occasion de présenter un modèle inspirant aux jeunes de la Mauricie tout en faisant la promotion du judo dans la région.



Arthur devant les jeunes de l'école  
Primaire Immaculée-Conception.

Arthur Margelidon entouré des élèves  
← de l'école primaire Dominique-Savio.

## 8 avril 2017 – Abitibi-Témiscamingue

La zone de l'Abitibi-Témiscamingue a eu la chance de recevoir la visite de Suzanne Arsenault et de Lyne Guertin pour le temps d'un stage de Nage no kata. Ce stage s'est tenu au club Juvaldo à Val d'Or le samedi 8 avril 2017. De plus, il a réuni 25 judokas provenant de 6 clubs de judo différents de la région, malgré de grandes distances qui séparent chacun d'eux. En résumé, le stage de kata a été très apprécié par les membres de la zone. Bravo à la région de l'Abitibi-Témiscamingue pour ce beau rassemblement.



Les participants du stage de Nage no kata qui s'est tenu à Val d'Or, en Abitibi.

## À venir!

La Caravane Judo Québec continuera à parcourir le Québec jusqu'à la fin de la saison. Ce week-end, elle sera entre autres dans la région de la Côte-Nord pour une fin de semaine de stages avec Sergio Pessoa, entraîneur provincial et Mauro Oliveira, entraîneur de haute performance au Brésil. La Caravane sera aussi dans la région de la Montérégie, le 14 avril 2017, pour le Rendez-vous des petits Samourais, une activité d'initiation à la compétition adressée aux judokas U8, U10 et U12. Pour conclure la première année d'activités du programme, la zone de Montréal et la zone du Centre du Québec/Estrie seront les prochains à recevoir les services de la Caravane Judo Québec dans leur région.

Bonne fin de saison à tous!

