

## ATTL



Malgré un nombre d'adhérents en légère baisse, jamais l'association de tennis de table ATTL n'a été aussi dynamique. Nous comptons 46 adhérents dont les 3/4 jouent en compétition pour 5 équipes inscrites.

Le nombre de jeunes a volontairement été réduit à une vingtaine pour proposer des cours de qualité. 2 équipes sont inscrites en compétition FFTT et une autre évolue en compétition adulte, menée par leur entraîneur : Christophe David. Leurs résultats sont très prometteurs pour l'avenir.

Les 3 autres équipes adultes sont à des niveaux de compétition différents suivant les performances, et un joueur évolue à Feneu en SD1 grâce à notre entente sportive.

Le nombre d'adhérents en loisir diminuant un peu, si ce sport/loisir vous intéresse, vous pouvez nous rejoindre à tout moment le vendredi soir.

Pour rappel, vous êtes toutes et tous les bienvenus à notre tournoi annuel pour adulte le **31 janvier 2014** à l'Espace Longuenée à partir de 19h.



- Notre site internet :
- <http://attlonguenee.clubeo.com>
- Yves Jarry : 02 41 27 03 86
- Vincent Jaguelin : 02 41 32 77 98

## JUDO : Tous sur le tatami

Venez essayer de faire comme notre sextuple champion du monde Teddy RINER et tous les autres champions, enfiler votre judogi et venez nous rejoindre à l'Ecole de Judo Ju-Jitsu La Meignanne - Le Plessis - Saint Lambert où nous nous efforçons de transmettre les valeurs morales et sportives du judo.



Les cours sont assurés par 4 enseignants bénévoles dont deux diplômés d'Etat, (l'un d'eux est spécialisé pour les personnes en situation de handicap). Ils se déroulent au dojo de l'espace Louis Bossé de La Meignanne.

### Les cours :

#### Eveil et Baby Judo de 4 ans à 7 ans

le mercredi de 17h-18h et 18h-19h assurés par Reynald.

#### Enfants de 7 à 13 ans

le mardi 18h15-19h45 assuré par Lionel, Manuel, Matthieu et Reynald.

#### Adolescents et adultes de 13 ans à .....

le mardi de 19h45 - 21h30 assuré par Lionel, Manuel, Matthieu et Reynald.

Du principe de JIGORO KANO (fondateur du Judo) « Entraide et prospérité mutuelle » nous en avons fait notre devise.

La bonne ambiance et le bon état d'esprit règnent dans les différents cours.

N'hésitez pas à venir essayer le judo, deux cours d'essais gratuits sont possibles.

Le 16 novembre 2013, au TORANO KO TAI KAI (tournoi des petits Tigres) qui s'est déroulé au Dojo régional à Angers, 10 jeunes judoka ont vaillamment exprimé leur art, sur cette démonstration technique. La 2<sup>nd</sup>e partie aura lieu le **1er février**. Nous avons aussi Théo FOUCHARD, minime 1<sup>ère</sup> année qui fait son entrée dans la compétition départementale et régionale et nous lui souhaitons bonne chance et bon courage, sans oublier tous les autres judoka qui participent aux interclubs.

- Fouchard Mylène
- 02 41 69 07 96
- [yfouchard@aol.com](mailto:yfouchard@aol.com)

## Aktizen



Depuis quatre saisons, l'association intercommunale AktiZen Animations (activités sportives de loisirs à caractère « zen ») contribue à la promotion de la pratique du Taichi Chuan sur la couronne Nord Ouest d'Angers.

Les cours se déroulent principalement dans la salle de sport N°2 du complexe culturel et sportif « Espace Longuenée ». Les effectifs de l'association Aktizen connaissent une évolution lente mais continue qui encourage les responsables de l'association à faire connaître cette discipline de bien-être au plus grand nombre.

Les deux animateurs diplômés sont donc heureux d'accueillir de nouveaux venus pour leur faire découvrir le Taiji ainsi que

des éducatifs d'approche de cet art martial chinois :

Le taiji quan (太極拳) pratiqué à mains nues, le taiji shan (太極扇) avec éventail, le taiji jian (太極劍) avec épée, le taiji dao (太極刀) avec sabre, le taiji gun (太極棍) avec bâton ou la « Taiji Rouli Ball » (Une nouvelle discipline inventée récemment en chine).

Tarifs : 130 €/An, Licence Fédération Française E.P.M.M. Sports pour Tous incluse.

- Danièle & Joël PANHELLEUX
- 02 41 32 70 36
- [aktizen.free.fr](http://aktizen.free.fr)
- [aktizen@gmail.com](mailto:aktizen@gmail.com)