



RAPPORT D'ACTIVITE
COMMISSION
JUJITSU et NE WAZA

Saison 2024-2025

La saison 2024-2025 a été riche en activités pour la commission Jujitsu et Ne Waza, témoignant de l'engagement constant du comité pour le développement de ces disciplines.

Voici un récapitulatif des actions menées :

1. Organisation de Stages

La commission a proposé deux stages au cours de la saison, ouverts à tous les licenciés du département.

Ces stages ont permis d'explorer et de pratiquer le Jujitsu sous toutes ses formes :

- Les techniques de self-défense – Duo System
- Le travail au sol - Ne Waza.
- Le Ju-Jitsu Combat ou Fighting System

Ces événements ont connu une bonne participation, réunissant des pratiquants de tous niveaux et renforçant la cohésion entre les clubs du département.

2. Entraînements Départementaux

La commission a organisé six entraînements départementaux tout au long de la saison. Conscient de l'éloignement géographique des différentes localités du département, nous avons souhaité qu'il y ait des événements sur le territoire montpellierain (Montpellier – Saint jean de vedas et Gignac) et sur le bitterois (Montady – Vendres et Villeneuve les Béziers).

Ces entraînements ont été mis en place à la demande des clubs.

Ces sessions ont été l'occasion de :

- Partager les bonnes pratiques et les techniques avancées de Jujitsu et Ne Waza.
- Offrir une plateforme d'échange et de perfectionnement pour les pratiquants.
- Renforcer la préparation des compétiteurs pour les événements régionaux et nationaux.

Ces entraînements ont suscité un grand intérêt et permis de mettre en lumière l'importance du travail collectif.

3. Remerciements Spéciaux

La commission tient à exprimer sa profonde gratitude à Monsieur Régis Manibal, 7ème Dan Judo- Jujitsu, pour son investissement inébranlable dans le développement de l'activité. Son expertise, sa passion et sa disponibilité ont été des atouts précieux pour la réussite de cette saison. Il a joué un rôle crucial dans la formation des pratiquants et l'animation des différents événements.

Conclusion

Les stages et entraînements organisés cette saison ont permis de promouvoir et de valoriser ces disciplines, tout en créant des opportunités de perfectionnement et de partage pour les pratiquants.

France Judo propose au Ju-Jitsu de se restructurer sur la saison à venir.

La commission Ju-Jitsu et Ne waza restera à l'écoute des propositions du national comme elle restera à l'écoute des clubs qui souhaitent développer le Ju-jitsu et le Ne Waza.

Une belle saison nous attend !!!

La Commission Ju-Jitsu et Ne Waza
Comité Départemental de l'Hérault de Judo



ANNEXES - Les comptes -rendus



Projet de développement du Jujitsu dans l'Hérault Compte rendu STAGE du 19/10/2024 à MEZE

Objectifs :
Développer la pratique du jujitsu dans le département de l'Hérault

Lieu : MEZE
Organisateur : Comité départemental
Date : 19/10/2024 de 09h30 à 12h30
Effectif : 30 participants représentant 9 clubs



Intervenants :
Manuel Colliot et Franck Filaine pour la partie Ne waza
Alain Coulet pour la partie jujitsu technique
Régis Manibal pour la partie jujitsu combat



Déroulement :

Trois créneaux de 1 heure.

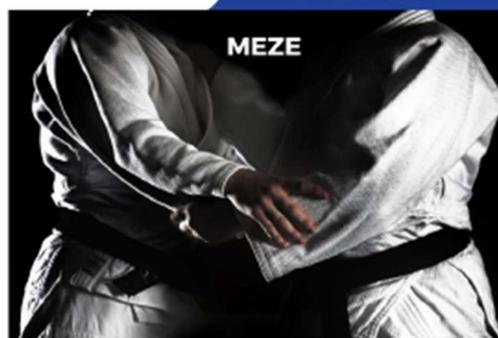
- Aspect Ne waza (Reprise entre jambes)
- Aspect technique (Koté gaeshi, liaison debout sol différentes clés de bras)
- Aspect combat (système d'attaque partie 1 et 2)

Mondo : Les stagiaires ont pu faire leurs retours sur cette matinée, le changement d'intervenant sur plusieurs sujets est particulièrement apprécié. Quelques demandes sont entendues (proposer des interventions sur la préparation de la partie judo défense de l'UV2, proposer des interventions sur les disciplines comme le chambara, proposer une formation sur la partie 1 du combat jujitsu).

En guise de conclusion un apéritif a été offert aux stagiaires

Des remerciements les plus sincères

- Aux intervenants présents pour les compétences mises au service des stagiaires.
- Aux stagiaires pour leur implication tout au long de la journée.



STAGE JUJITSU
TECHNIQUE, COMBAT, NE WAZA

Public concerné : ADOS ADULTES
(Pratiquants de tous niveaux)

DOJO REGIONAL DE MEZE

Accueil



Informations
Inscription extranet

Projet de développement du judo Jujitsu dans l'Hérault

Compte rendu

Entrainement du 22/11/2024 à Gignac

Objectifs :

Développer la pratique du judo jujitsu dans le département de l'Hérault

Lieu : Gignac

Club : Judo jujitsu club Gignac

Date : 22/11/2024 de 19h45 à 21h15

Effectif : 33 participants représentant 4 clubs Grabels, Dojo Cœur d'Orb, Villeneuve les Béziers, Judo jujitsu Gignac ainsi qu'un pratiquant du club de Rodilhan dans le Gard et un de Toulouse.



Intervenants :

Thierry MAZAUDIER
Jean DELONCA

Thème développé : Mobilité au sol
Technique Ne waza
Randori

Mondo pour terminer



FRANCE JUDO  **HERAULT**

VENDREDI
22 Novembre 2024
de 19h45 à 21h15

GIGNAC



**ENTRAINEMENT
JUDO-NE WAZA**

Public concerné : **ADOS ADULTES**

Espace sportif
av du Mas SALAT 34150 Gignac

Accueil  Informations
Inscription extranet

Merci au Judo jujitsu club de Gignac pour l'accueil et ce moment de convivialité qui a conclu une belle soirée de pratique et d'échange

Projet de développement du judo Jujitsu dans l'Hérault

Compte rendu

Entraînement du 13/12/2024 à Montady

Objectifs :

Développer la pratique du judo jujitsu dans le département de l'Hérault

Lieu : Montady
Club : Montady Arts Martiaux
Date : 13/12/2024 de 19h45 à 21h15



Effectif : 28 participants représentant 4 clubs Dojo Cœur d'Orb, Judo jujitsu Gignac, Torii judo Pézénas, AMC Olargues.



Intervenant :

Régis MANIBAL

Thèmes développés : Tachi waza ASHI WAZA pour les KYU
KUMI KATA sur les TE WAZA pour les plus confirmés
Yaku soku randori pour tous

Mondo pour terminer



Merci au Montady Arts Martiaux pour l'accueil et ce moment de convivialité qui a conclu une belle soirée de pratique et d'échange

Projet de développement du judo Jujitsu dans l'Hérault Compte rendu Entrainement du 29/01/2025 à Saint Jean de vedas

Objectifs :
**Développer la pratique du judo jujitsu dans le département de
l'Hérault**

Lieu : Saint Jean de vedas

Club :

Date : 29/01/2025 de 19h30 à 21h

Effectif : 32 participants représentant 6 clubs présents : Saint Jean de Vedas, Ju-Jitsu Montpellier, Maison du judo, Grabels, Jita Kyoei, Beaulieu.



Merci au club de Saint Jean de vedas pour son accueil et son soutien pour ce projet de développement Judo-Jujitsu.

Développement du Jujitsu dans l'Hérault

Compte rendu

STAGE du 08/02/2025 à POUSSAN

Objectifs :
Développer la pratique du jujitsu dans le département de l'Hérault

Lieu : Poussan
Organisateur : Comité départemental
Date : 08/02/2025 de 09h30 à 12h00
Effectif : 28 participants représentant 6 clubs



Intervenants :
Régis Manibal

Déroulement :

Partie 1 : Echauffement Exercices proposés mettant en évidence l'importance du rôle de Uke
Postures, déplacements, attaques, défenses, chutes

Partie 2 : Aspect combat.
Approche d'un système d'attaque liant les trois parties de l'aspect combat.

Partie 3 : UV 2 Réponse à la question « Comment présenter les deux techniques de défense dans l'UV2 »
Plusieurs réponses ont été apportées sur les techniques de la série A des attaques imposées ainsi que les conseils de présentation pour une technique efficace et juste.

Mondo : Les stagiaires ont pu faire leurs retours sur cette matinée. Il semblerait que les demandes faites sur le précédent stage ont été entendues à savoir l'intervention sur la préparation de la partie judo défense de l'UV2, et sur la formation de la partie 1 du combat jujitsu. Le fil conducteur existant entre le stage de Mèze en Octobre et le stage d'aujourd'hui est apprécié.

Remerciements :

Un grand merci au club du JA Poussan pour l'accueil qu'il a su réserver à ce stage.
Un accueil et un confort qui a permis une pratique sérieuse et sans aucun doute un enrichissement des stagiaires.



Projet de développement du judo Jujitsu dans l'Hérault Compte rendu Entrainement du 05/03/2025 à Montpellier

Objectifs :
**Développer la pratique du judo jujitsu dans le département de
l'Hérault**

Club : Montpellier Sporting Club
Date : 05/03/2025 de 20h à 21h30

Effectif : 23 participants représentant 4 clubs présents : Montpellier Sporting Club, Ju-Jitsu Montpellier, USO, Jita Kyoei.



Merci au Montpellier Sporting Club pour son accueil et son soutien pour ce projet de développement Judo-Jujitsu.

Projet de développement du judo Jujitsu dans l'Hérault

Compte rendu

Entrainement du 28/03/2025 à Vendres

Objectifs :
**Développer la pratique du judo jujitsu dans le département de
l'Hérault**

Lieu : Vendres

Club :

Date : 28/03/2025 de 19h45 à 21h15

Effectif : 20 participants représentant 4 clubs Torri judo Pezenas, Dojo Cœur d'Orb, AJB Béziers, JC Vendrois.



Intervenants :

Régis MANIBAL

Thème développé : 3 aspects du Jujitsu

Défense UV2, Technique, Combat et Mondo pour terminer

Merci au Judo club Vendrois pour l'accueil et ce moment de convivialité qui a conclu une belle soirée de pratique et d'échange

Rendez-vous est pris à Villeneuve les Béziers le 16 05 2025

R.M le 31/03/2025