

ROMANS-SUR-ISÈRE Des champions sur les tatamis



Photo Le DL/Maxime REYMOND

Cinq grands noms du judo français étaient accueillis hier par le Dojo romain. Après une visite au service pédiatrie de l'hôpital, ils ont assuré l'entraînement de 800 jeunes judokas, en admiration devant leurs idoles.

P. 8

ROMANS-SUR-ISÈRE De grands noms de l'équipe de France de judo sont venus diriger un entraînement devant 800 jeunes judokas

Des stars sur le tatami

Le Dojo romain recevait hier plusieurs grands noms de l'équipe de France de judo dans le cadre des "mercredis de l'équipe de France". Ils ont mené un entraînement devant 800 jeunes.

« Les enfants se souviendront longtemps de cette journée. » Christophe Epalle est un homme heureux. Le président du Dojo Romains a eu l'honneur d'accueillir hier après-midi, dans la salle Aragon, une délégation des "mercredis de l'équipe de France", composée de plusieurs grands noms du judo français. Marc Alexandre, Cathy Arnaud, Luka Mkhaidze, Romane Dicko et Émilie Andéol ont effectué différents gestes techniques, sous le regard impressionné des 800 jeunes judokas invités par le comité Drôme Ardèche.

Cette séance d'entraînement était animée par Frédéric Lecanu, membre de la Direction Technique Nationale (DTN) et également consultant sportif sur la chaîne L'Équipe. Les athlètes proposaient un véritable show. Ils étaient appelés un par un pour leur présentation. Puis, les jeunes judokas ont participé à un échauffement ludique dirigé par les champions. Certains enfants ont eu la chance de s'entraîner avec un professionnel. D'autres licenciés, plus âgés, ont participé à une démonstration. C'est le cas de Mathilde Rouston, 23 ans, membre du Dojo Romains. « C'est impressionnant de voir ces champions à Romans. On voit du beau judo. Ça donne envie d'apprendre de nouvelles techniques. »

Différents exercices se sont enchaînés, entrecoupés d'extraits



Certains jeunes judokas ont eu la chance de se mesurer aux champions. Photo Le DL/Maxime REYMOND

vidéos où l'on a pu voir, entre autres, Teddy Riner donner des conseils aux enfants, ou Thomas Pesquet expliquant que le judo est une école de la vie.

■ **Romane Dicko : « Il faut toujours croire en ses rêves »**

La séance s'est déroulée dans une ambiance taquine entre les champions. « On est heureux de participer à cet événement. C'est un très bon échange, qui permet aux enfants de montrer qu'il ne faut rien lâcher et toujours croire en ses rêves », confiait Romane Dicko, championne d'Europe 2018. Mais l'un des objectifs de ces journées, c'est de faire passer un message dépassant le cadre du sport. « Les valeurs du judo sont des valeurs de

partage, et de mise au service d'autrui. Notre rôle c'est d'apporter des valeurs citoyennes à ces enfants car le judo utilise des notions qui sont utiles dans la société, comme le respect et l'amitié », expliquait Frédéric Lecanu.

À la fin de la séance d'entraînement, la Marseillaise a retenti dans la salle, reprise par l'ensemble des personnes présentes. Pour clôturer la session, l'animateur du jour s'est adressé aux parents présents : « Nous ne prétendons pas faire de vos enfants des champions, mais en faire des citoyens. » Avant de repartir, les champions ont pris le temps de signer des autographes et de poser pour les photos.

Maxime REYMOND

Les champions auprès des petits malades



Judo équipe de France Photo Le DL/Maxime REYMOND

Les athlètes de la délégation des "mercredis de l'équipe de France de judo" avaient commencé leur journée dans la cité de Jacquemart par une rencontre avec les jeunes patients du service pédiatrie de l'hôpital de Romans. À cette occasion, ils ont montré aux enfants, et au personnel hospitalier présent, quels étaient les gestes à adopter en cas de chute. « Le premier réflexe que tout le monde a, c'est de mettre les mains à l'avant. Or, c'est le meilleur moyen de se faire mal et de se casser quelque

chose », précisait Frédéric Lecanu.

Les champions ont également présenté quelques techniques de judo, et ont effectué des démonstrations. Certains, comme Émilie Andéol, championne olympique en titre, ont raconté leur préparation et la manière dont ils avaient abordé leur finale. Les judokas ont insisté sur certaines valeurs du judo, telles que la persévérance.

Quelques enfants se sont essayés à la pratique du judo, sous le regard bienveillant des soignants.



Près de 800 jeunes étaient présents dans la salle Aragon. Photo Le DL/Maxime REYMOND



Un échauffement ludique entre judokas Photo Le DL/Maxime REYMOND



De gauche à droite : Émilie Andéol, Luka Mkhaidze, Cathy Arnaud, Marc Alexandre et Romane Dicko. Photo Le DL/Maxime REYMOND

