

# L'ÉCHO DES TATAMIS

JANVIER 2021

## 2020

Un début d'année très belge

## CORONAVIRUS

Une reprise dès septembre ?

## EURO

Des médailles qui font du bien



# LA RÉGULARITÉ DE VAN SNICK



# " ETHIAS, PARTENAIRE PRINCIPAL DE LA FÉDÉRATION DE JUDO "

The logo for ethias is presented on a white background that has a torn, paper-like edge. The word "ethias" is written in a lowercase, white, sans-serif font. The letter 'h' is stylized with a white diagonal stroke that extends upwards and to the right, crossing the top of the 'i' and 'a'.

## ASSURÉMENT

## JUDO

### ET PLUS ENCORE !

Partenaire historique des fédérations sportives, Ethias fait vivre, à leurs côtés, ses valeurs d'humanisme, d'éthique, d'engagement et de proximité.

Forte de son héritage mutuelliste, Ethias offre à tous, particuliers, associations, collectivités et entreprises des contrats d'assurance au meilleur rapport qualité-prix.

**Pour en savoir plus :**  
[www.ethias.be/corporate](http://www.ethias.be/corporate)



# SOMMAIRE



9-10

PREMIÈRES SORTIES INTERNATIONALES,  
PREMIÈRES MÉDAILLES

11-12

S'ADAPTER AU CONFINEMENT

13-14

LE SECRÉTARIAT, CES TRAVAILLEURS DE  
L'OMBRE

15-16

NOUVEAUX PROTOCOLES  
ET NOUVEAUX REPÈRES

18-19



21

COVID : 2021 VU PAR LE MÉDECIN  
DE LA FFB

# LES BELGES À LA FÊTE À DOMICILE

DE L'OPEN DE BELGIQUE À L'EJU KATA TOURNAMENT, LE DÉBUT D'ANNÉE A PERMIS À DE NOMBREUX JUDOKAS BELGES DE S'ILLUSTRER DEVANT LEUR PUBLIC.



**C'**est devenu une bonne habitude : nos représentants ont entamé la saison pied au plancher en enchaînant les performances à domicile. Souvenirs.

## LA JOIE DE BLAVIER, PETIT ET UMayEV



**P**remier grand événement de l'année, l'Open de Belgique a vu quelques-unes de nos jeunes élites tirer leur épingle du jeu.

Malgré une forte concurrence européenne, cubaine et japonaise, Loïs Petit (-48 kg) et Myriam Blavier (-57 kg) sont ainsi parvenues à monter sur le podium de la compétition organisée début février.

Tandis que la Tournaisienne décrochait le bronze pour sa première compétition internationale en tant que senior, la Liégeoise s'impo-

sait en finale du tournoi herstalien après avoir notamment écarté la Japonaise Kanako Hakamata, vice-championne du monde U21, en demi-finale.

À quelques kilomètres de là, à Visé, c'est Malik Umayev (-73 kg) qui a enflammé la salle en remportant l'Open international organisé par son propre club. Un titre d'autant plus précieux pour le jeune homme qu'il s'est imposé avec la manière en finale en se débarrassant du Néerlandais Koen Heg en seulement deux mouvements.

## LE "JUDOGI D'OR" POUR VERSTRAETEN

**A**utre moment fort de ce mois de février, le "Judogi d'or" a été décerné pour la première fois à Jorre Verstraeten.

Un an après Charline Van Snick, le sociétaire de l'Inter Gembloux Wavre a été récompensé pour sa belle année 2019. Une année au cours de laquelle il a notamment décroché sa première médaille d'or dans un tournoi du circuit IJF, lors du Grand Prix de Tel Aviv, mais aussi, et surtout, son premier podium (3e) dans un championnat d'Europe senior, lors des Jeux européens de Minsk.

À noter que la sociétaire du Bushido Saive a également été récompensée durant la soirée puisqu'elle a remporté le prix dans la catégorie réservée aux élites féminines.



## UN STAGE TRÈS COURU À HERSTAL

Dans la foulée de l'Open de Belgique, le stage organisé à Herstal a accueilli de nombreuses stars en quête de tapis avant de prendre part au Grand Chelem de Paris prévu quelques jours plus tard.

Un stage très couru à Herstal : À La Préalle, les élites belges ont

ainsi pu se mesurer à quelques grands noms du judo mondial, comme la Kosovare Majlinda Kelmendi, championne olympique à Rio, la Russe Natalia Kuziutina, vice-championne du monde, ou encore le Géorgien Guram Tushishvili, champion d'Europe en titre.

Un plateau exceptionnel.



## 21 JEUNES CHAMPIONS DE BELGIQUE AU SEIN DE LA FFBJ



De retour à Herstal, les championnats nationaux U15, U18 et U21 ont vu 21 membres de la FFBJ (toutes catégories d'âges et de poids confondus) devenir champions de Belgique, soit autant qu'en 2019.

Outre le fait que les jeunes judokas affiliés à Bruxelles et en Wallonie ont été plus nombreux (42) à atteindre la finale de cette édition 2020, remarquons aussi que c'est cette fois la gente féminine qui s'est le mieux débrouillée, avec 43 médailles décrochées contre 34 pour les garçons.

## MARCEL CLAUSE : ENGELEN ET CLOSSET TITRÉS



Malgré une concurrence internationale toujours plus dense, plusieurs Belges ont joué les premiers rôles lors du tournoi Marcel Clause organisé début mars.

Dans les installations du Blocry, à Louvain-la-Neuve, Yves Engelen et Dimitri Closset (Goshin Jutsu) ont ainsi remporté le tournoi labellisé EJU en devançant leurs rivaux allemands et espagnols. En finale de la même catégorie, Didier Terwinghe et Nicolas Colson terminent pour leur part au pied du podium.

De leur côté, Nicolas et Jean-Philippe Gilon (Kata No Kata) ont décroché l'argent. Seuls les Canadiens Shane Rooney et Xiao Hu sont parvenus à devancer les deux frères liégeois en finale.

**Hommes U15**

Anvers - 16/02/2019

**-34 KG**

1. ASCHAB ISAYEV JC SAMURAI EINDHOUT
2. MILAN PEETERS JC GRUITRODE
3. GASPAR KERRINCKX ASBL J.C. DE JAMBES
3. GABRIEL HAMELRIJCK ROYAL INTER GEMBLOUX WAVRE

**-38 KG**

1. EDMOND DUMITRACHE JUDO CLUB ARENDONK VZW
2. NIKOLAI KHATCHATOURIAN JUDO TEAM INTERNATIONAL
3. SAID MUSAKHADZHIYEV JC KODOKAN LANAKEN
3. VIC GRYMONPREZ YAMA-ARASHI JUDOCLUB BAVIKHOVE VZW

**-42 KG**

1. AMSAR DZHAMALDINOV ASBL J.C. DE JAMBES
2. ILIAS JACOBS VZW JUDOCLUB 'ASAHI'90' KRUISSHOUTEM
3. WARRE JACOBS JC SAMURAI EINDHOUT
3. AMIRKHAN ADZHAMATOV ROYAL J.C. BEYNOIS ET AM

**-46 KG**

1. LENNART VERJANS JUDO CLUB HASSELT VZW
2. QUINTEN DECLERCQ JC ARDOOIE
3. DENI KHADZHIMURADOV J.C. ANDRIMONT
3. KASPER ACHTEN JUDO CLUB ZELE

**-50 KG**

1. DAAN COENE YAMA-ARASHI JUDOCLUB BAVIKHOVE VZW
2. MOHMAD ALIJEV JUDOCLUB ZWIJNDRECHT VZW
3. RODRIGO BOUCHER J.C. SAMBREVILLE
3. ADRIEN DUTILLOY J.C. LA CHENAIE

**-55 KG**

1. HICHEM GUENFOUD ROYAL J.C. KANIDO - HERSEAUX
2. ARNO DUFERMONT JUDO TOP NIVEAU - TOURNAI
3. MOHMAD-EMIN ABDULKHAZHIEV JS LUMMEN VZW
3. ALESSANDRO DELPLANQUE ROYAL J.C. MONS

**-60KG**

1. JESNEY DE GRAAF JC KDK SCHOTEN
2. RUBEN BEETERENS JUDOCLUB MANSIO VZW
3. ALHAMZAH HASSOUN JC GRUITRODE
3. KEANO HUMBLÉ JUDOCLUB HERZELE VZW

**-66 KG**

1. NIELS VAN RENTERGHEM JUDOSCHOOL MERELBEKE
2. TUUR VERSTRATEN JC GRUITRODE
3. LUKA VAN RENTERGHEM JUDOSCHOOL MERELBEKE
3. NATHAN VANDERGUNST JUDOCLUB MIDDELKERKE

**+66 KG**

1. AYOUB HAMDY SAMOERAI RONSE VZW
2. ELYAS HANSEN J.C. SEN. NO. SEN - ANDENNE
3. IMRAN OZTURK JC SAMURAI EINDHOUT
3. NATHAN GILON JUDO CLUB BUJIN WILRIJK VZW

**Dames U15**

Anvers - 17/02/2019

**-32 KG**

1. LOTTE MARLÉ JUDOCLUB HERZELE VZW
2. CELIA VAN BENEDEN ROYAL INTER GEMBLOUX WAVRE
3. LENA ANTOINE J.C. BUSHIDO SAIVE
3. KENZA AZZAOU J.C. LE TREFLE N° 1

**-36 KG**

1. TRITSAWAN DECHA-AKKHARAMONGKOL JC FUDJI YAMA BOOM/SHELLE
2. ELENA FILIPETTO JUDO TOP NIVEAU - TOURNAI
3. SIEN VAN BOXEL JC LINKEBEEK
3. SOPHIE AOUADI ANTWERPEN UNITED JUDO VZW

**-40 KG**

1. CAMILLE STERNON J.C. ANDRIMONT
2. LINE MARTENS JC NEVELE
3. AGNES VAN DE VEIRE JUDOCLUB KAWAISHI INGELMUNSTER VZW
3. CAMILLE BISSOT J.C. BASTOGNE

**-44 KG**

1. JADE VERBAUWHEDE KANO J.C. TOURNAISIEN
2. CLEA LATORRATA JUDO TOP NIVEAU - TOURNAI
3. LENA CALLAERT JUDOSCHOOL REET VZW
3. AICHA DESCHEPPER JUDO IZEGEM

**-48 KG**

1. KENZA BIDAOUJ ROYAL J.C. VISETOIS
2. EVINE MAELLE OVAYOLU KANO J.C. TOURNAISIEN
3. AMANDINE MARTENS KIAWAZU KWAI DEINZE
3. ELYSE NAVEZ ROYAL J.C. MONTAGNARD-CHARLEROI

**-52 KG**

1. HAILEY SASSEN JUDOCLUB SAMOURAI DILSEN VZW
2. ROOS CHRISTIAENS JC FUDJI YAMA BOOM/SHELLE
3. ASTRID OOSTERHUIS J.C. AUDERGHEM
3. CECILE GERMYS J.C. GA-M AISEAU PRESLES

**-57 KG**

1. MARIELLE BOUVIER J.C. SAMBREVILLE
2. MIRENA MENEGHINI JC GRUITRODE
3. CHIKA EKE JC KUMIUCHI BERLARE
3. ZUKHRA ASKHABOV JUDOCLUB KAWAISHI INGELMUNSTER VZW

**-63 KG**

1. LOELIA CRAPEZ JUDO TOP NIVEAU - TOURNAI
2. CLARA BARZIN J.C. SAMBRE ET HEURE
3. GLADYS CHIAVETTA ROYAL J.C. MONS
3. YANA DOMS JC KDK SCHOTEN

**+63 KG**

1. DAPHNE DE BOCK JUDO CLUB ZELE
2. LEANE ENGLEBERT JUDO TOP NIVEAU - TOURNAI
3. BIRTHE BRAL VZW JIGO-RIEMST
3. FLORIANE MBIYA BENZANGO MERKSEM JUDOCLUB VZW

## ♂ Hommes U18

Anvers - 17/02/2018

### -46 KG

1. SHADARI DARIUS GERMYS J.C.GA-M AISEAU PRESLES
2. NATHAN LENAERTS J.C.GA-M AISEAU PRESLES
3. LUKA DEBAERE JUDOCLUB BANZAI vzw
3. YANNICK GIJSELINCK JUDOCLUB HERZELE VZW

### -50 KG

1. EMILE MERDIN JUDOCLUB KAWAISHI INGELMUNSTER VZW
2. OLIVIER NAERT JUDO CLUB KOKSIJDE VZW
3. ADAM ZAKARIEV JC HERENTHOUT
3. LOUNY DERAEDT ROYAL J.C.KANIDO - HERSEAUX

### -55 KG

1. OSMAN DZHAMALDINOV ASBL J.C. DE JAMBES
2. WARD HOUTHOOFD JUDOCLUB KAWAISHI INGELMUNSTER VZW
3. AXEL THYS JUDOSCHOOL PARK BRASSCHAAT VZW
3. XANDER SIMOENS JUDOCLUB HERZELE VZW

### -60 KG

1. GHÉRON LECOMPTE YAMA-ARASHI JUDOCLUB BAVIKHOVE VZW
2. RAY MARINX JUDO CLUB KOKSIJDE VZW
3. RIDVAN AKHMEDOV ROYAL CROSSING CLUB SCHAERBEEK
3. SELJAMIR ALJIJA JUDOCLUB HERZELE VZW

### -66 KG

1. THOMAS LEBLANC JUDO TEAM HERMEE
2. LARS BERRENS JUDO CLUB ARENDONK VZW
3. DAVID PETROSYAN OSTEND JUDO CLUB
3. YUSBK KAGERMANOV JUDO CLUB KOKSIJDE VZW

### -73 KG

1. REMI DECORTE JUDO CLUB KOKSIJDE VZW
2. ISLAM GERIEV JS LUMMEN VZW
3. GOR ARAKELYAN J.C. DEUX HAINE
3. THEO HIRSOUX ROYAL J.C. MONS

### -81 KG

1. ILMAN NESIRKOEYEV JUDO TEAM INTERNATIONAL
2. IBRAGIM KAZAKBIEV JUDOCLUB GENT-DRONGEN VZW
3. ARNO SAUDOYEZ J.C.LINCENT
3. ROBIN VAN LANGENHOVE JUDOCLUB EVERGEM VZW

### -90 KG

1. PJOTR DEBRUYNE JUDO TEAM INTERNATIONAL
2. NOAH KEMPEN ROYAL CROSSING CLUB SCHAERBEEK
3. YOUNES BOUKICH JC SANDOKAN MECHELEN
3. ERIC RAICK ROYAL J.C. VISETOIS

### +90 KG

1. THEO GEDIK ROYAL JUDO BUDO CLUB HERSTAL
2. JAKUB FRATCZAK ANTWERPEN UNITED JUDO VZW
3. SOUFIANE AL AYACHI J.C.SAMBREVILLE
3. KASPER VAN GELDER JUDOCLUB EDO VZW



## Dames U18

Anvers - 18/02/2018

### -40 KG

1. LEA PARYS ROYAL J.C.KANIDO - HERSEAUX
2. ELIEN STALMANS JUDOCLUB ONI PUURS VZW
3. STEFANIE DUSSESSOYE JUDO IZEGEM

### -44 KG

1. EVA NAGY SPRIMONT JUDO TEAM
2. VICTORIA SIBILLE ROYAL INTER GEMBLoux WAVRE
3. CHLOÉ Vrints JC VOSSelaar!
3. SASHA VAN DOOREN SPRIMONT JUDO TEAM

### -48 KG

1. LOTTE VANDEVOORT JUDOCLUB EDO VZW
2. FIEKE OLEMANS JC SINT TRUIDEN
3. BRITT BREEMEERSCH J.C. JENOS KWAI HOOGLEDE VZW
3. ELLEN LIM JC KAPelle O/D BOS

### -52 KG

1. DIANA AKHMETOVA JC SAMURAI EINDHOUT
2. LOTTE LICATA JS LUMMEN VZW
3. LOLA RAES ROYAL J.C. MONS
3. LUNA VERFAILLIE JUDOSCHOOL ASAHI

### -57 KG

1. LEYLA KLUCKERS ROYAL J.C. VISETOIS
2. CHIMENE CARDON ROYAL J.C. MONS
3. SOFIE VAN DE PUTTE JUDO CLUB LENNIK VZW
3. NORA WATSON JUDOCLUB WETTEREN

### -63 KG

1. ELISE SMEKENS JITSU-KWAI HAMME VZW
2. LINA KAMBOUI A.M. ROYAL POSEIDON RYU
3. ARUN DELEERSNYDER KONINKLIJKE JUDOCLUB ZELZATE VZW
3. JUTTA VANBRABANT JUDOSCHOOL ASAHI

### -70 KG

1. RACHEL RAMMANT JC ARDOOIE
2. HELENA DIDDEN JUDO TEAM HERMEE
3. CAITHLYN SLANGEN JC KODOKAN LANAKEN
3. SARAH SIEBENS JC FUDJI YAMA BOOM/SHELLE

### +70 KG

1. GABRIELLE BOUVIER J.C.SAMBREVILLE
2. SARE GEENTJENS JUDO CLUB OUD-TURNHOUT VZW
3. FRAN NAESSENS YAMA-ARASHI JUDOCLUB BAVIKHOVE VZW
3. LEA ISTAT J.C.SAMBREVILLE

**Hommes U21**

Anvers - 17/02/2018

**-60 KG**

1. DENY ALTEMIROV JUDOCLUB GENT-DRONGEN VZW
2. NICOLAS DIERICKX J.C.ANDRIMONT
3. JOS BRUGGEMAN JUDO CLUB KOKSLIDE VZW
3. JONAS VANDEWALLE JUDOCLUB KAWAISHI INGELMUNSTER VZW

**-66 KG**

1. MATHIEU VANKERKEM J.C. LA CHENAIE
2. MUSLIM ADASHEV JITSU-KWAI HAMME VZW
3. ROBBE DEMETS JUDO CLUB KOKSLIDE VZW
3. JOACHIM HUAUX J.C.SOLVAY

**-73 KG**

1. ABDUL MALIK UMAYEV ROYAL J.C. VISETOIS
2. ASLANBEK KAGERMANOV JUDO CLUB KOKSLIDE VZW
3. JARNE DUYSCK JUDOCLUB KAWAISHI INGELMUNSTER VZW
3. ROBIN DE LAAT JUDOKWAI KEMZEKE VZW

**-81 KG**

1. NEIL DE LAAT JUDOKWAI KEMZEKE VZW
2. ABDUL KERIM MAGOMADOV J.C.NAMUROIS
3. THOMAS VOUSURE J.C.IPPON SOIGNIES
3. GORAN MOCCI J.C.ANDRIMONT

**-90 KG**

1. JITSE VAN DEN HERREWEGEN JUDOCLUB HERZELE VZW
2. NICOLAS DEJACE JUDO TEAM HERMEE
3. NIKITA ULENS JUDOCLUB HERZELE VZW
3. FAVOR GOOSSENS JUDOCLUB HERZELE VZW

**-100 KG**

1. JARNO DEWULF J.C. COBRA LENDELEDE
2. ZIEDULLO RAKHIMOV JUDO TEAM INTERNATIONAL
3. NASRUDIN ZAKARIEV J.C. HERENTHOUT
3. RUBEN DESMET JUDOCLUB EERNEGEM

**+100 KG**

1. YVES NDAO J.C. LA CHENAIE
2. SIDY SARR J.C. JUDO KODOKAN VALCA
3. HENRI TEMMERMAN KANO KWAI LAARNE VZW
3. ARTHUR TEMMERMAN KANO KWAI LAARNE VZW

**Dames U21**

Anvers - 18/02/2018

**-48 KG**

1. CELINE RAMON KONINKLUKE IEPERSE JUDOCLUB NEKO
2. LOTTE PETRÉ JUDO CENTRUM LEUVEN
3. LAURA LECHIEN J.C.KODOKAN VIESVILLE
4. LAURA DE COCK JUDOCLUB EVERGEM VZW

**-52 KG**

1. FIONA VANBIESBROECK ANTWERPEN UNITED JUDO VZW
2. JOLIEN BERTON JUDOCLUB EERNEGEM
3. AMELIE VANDERBORGH J.C. SINT TRUIDEN
3. LORINE CHOPIN J.C.DOJO LIEGEOIS

**-57 KG**

1. CLEMENCE DUBOIS JUDO NEUPRE WALLONIE
2. MANON LECHARLIER J.C.FRANERIES
3. NOURIA LOUISE IDRISSE ROYAL BRUSSELS JUDO INSTITUTE
3. MALISSA VERGOTE VZW JUDOCLUB 'ASAHI'90' KRUISSHOUTEM

**-63 KG**

1. ALESSIA CORRAO ROYAL J.C. VISETOIS
2. COSIMA GRUMIAUX J.C.IPPON SOIGNIES
3. ANGELINA BOMBELLO J.C. EEKLO
3. AMBER SIMOENS JUDOCLUB HERZELE VZW

**-70 KG**

1. LIEN MEEUWSSSEN J.C. HERENTHOUT
2. CLARYS WILMOT ROYAL J.C.MONTAGNARD-CHARLEROI
3. BRITTANY CARDON ROYAL J.C. MONS
3. CHLOE ALBERT J.C. ROYAL KODOKAN MARCHE

**-78 KG**

1. ISABELLE SCHRENK JUDOCLUB HERZELE VZW
2. SILKE MADOU JUDOCLUB BANZAI VZW
3. ILSE DESUTTER JUDOCLUB TIELT VZW
4. BEPPE DEHEEGHER KONINKLUKE IEPERSE JUDOCLUB NEKO

**+78 KG**

1. EMILIE NTWA ELONGA ASBL J.C. DE JAMBES
2. ZOË MAYRA DESMET JUDOCLUB EERNEGEM
3. CLOE BRAECKVELT JUDO TOP NIVEAU - TOURNAI
3. LEYLA JAMAIGNE J.C.SAMBREVILLE



# DÉPART FRACASSANT POUR VAN SNICK ET WILLEMS

LA SAISON INTERNATIONALE À PEINE LANCÉE, LES DEUX ÉLITES DE LA FÉDÉRATION FRANCOPHONE BELGE ONT IMPOSÉ LEUR JUDO SUR LES TAPIS INTERNATIONAUX.



Il n'a pas fallu attendre très longtemps pour que les judokas belges s'illustrent également en dehors de nos frontières. La preuve avec Charline Van Snick qui n'a eu besoin que d'une compétition, en Israël, pour décrocher sa première médaille de l'année.

En quête d'un podium depuis sa 3e place obtenue au Grand Prix de Zagreb en juillet dernier, la double championne d'Europe (2015 et 2016) a fait taire les critiques après s'être imposée à quatre reprises lors du Grand Prix de Tel Aviv programmé fin janvier.

Seulement battue par la future lauréate du tournoi, la Japonaise Chishima Maeda, la Liégeoise (-52 kg) a fait parler son expérience et ses qualités techniques pour s'imposer par deux fois au sol en fin de tournoi et remporter sa 26e médaille dans un rendez-vous du World Tour IJF.

## WILLEMS, UNE PREMIÈRE EN GRAND CHELEM

Après un tournoi de Paris marqué essentiellement par la victoire de Matthias Casse (-81 kg) et le premier titre d'un Belge dans la capitale française depuis Brigitte Olivier en 1998, les élites de la FFB ont à nouveau fait parler d'eux lors du Grand Chelem de Düsseldorf, à la fin février.

À l'image de Jorre Verstraeten (-60 kg) qui a enchaîné les victoires et a terminé 5e après avoir notamment éliminé le vice-champion





du monde Sharafuddin Lutfullaev en repêchages, Gabriella Willems (-70 kg) a ainsi réussi une excellente performance sur les tapis allemands.

Gonflée à bloc après un Grand Chelem de Paris où elle avait déjà accroché Sally Conway, N°2 mondiale, l'Andrimontoise s'est hissée jusqu'en finale de la compétition allemande après avoir écarté la Sud-Coréenne Seongyeon Kim, 2<sup>e</sup> à Tel Aviv en janvier.

Même battue par la double championne du monde, la Japonaise Chizuru Arai, lors de son dernier combat, Gabriella Willems savoure encore son premier podium dans un Grand Chelem : « Je suis très fière d'avoir pu atteindre la finale d'une compétition aussi relevée. Battre plusieurs judokas du top mondial en l'espace de quelques semaines, ce n'est pas tous les jours que ça arrive, et il faut aussi pouvoir en profiter. »

## BERGER ET UMayEV TITRÉS À ODIVELAS ET VARSOVIE

Moins de cinq mois après avoir décroché son premier titre senior sur le circuit européen, Sophie Berger s'est offert un deuxième titre, début février, lors de l'Open d'Odivelas. Au Portugal, la judoka du J.C. Mons a confirmé son statut de tête de série et s'est imposée par trois fois afin de monter sur la plus haute marche du podium.

Autre Liégeois d'origine à s'être illustré sur le circuit européen en ce début d'année 2020, Malik Umayev (-73 kg) a également remporté l'or au terme de l'Open de Varsovie, organisé début mars. Un an après avoir déjà pris le bronze lors du même tournoi, le jeune Belge, récent vainqueur de l'Open de Visé, s'est défait de cinq adversaires pour arracher le plus beau résultat de sa jeune carrière.





# AVANCER MALGRÉ LA PANDÉMIE

COMME POUR L'ENSEMBLE DES JUDOKAS DU PAYS, LA PANDÉMIE A BOULEVERSÉ LE QUOTIDIEN DES ÉLITES DE LA FÉDÉRATION FRANCOPHONE DE JUDO EN 2020.

« Cette année 2020, on s'en souviendra longtemps. » Comme Loïs Petit l'a répété à plusieurs reprises dans la presse, les derniers mois ont été compliqués à vivre pour les athlètes belges.

À l'image des clubs et de leurs membres qui ont redoublé d'efforts et d'imagination pour poursuivre leurs activités malgré d'importantes mesures sanitaires, les élites de la FFBJ ont vu leur quotidien chamboulé depuis le premier confinement.

« Depuis la mi-mars, on essaye de s'adapter à la situation du mieux possible, en respectant à la fois des règles d'hygiène très strictes

et en variant au maximum les exercices », résume la cellule sportive de la Fédération francophone dont les entraînements ne se donnent plus désormais qu'en tout petit comité.

**« MANQUER D'OBJECTIFS CONCRETS, C'EST PEUT-ÊTRE LE PLUS DIFFICILE À GÉRER SUR LE LONG TERME. »**

Privé de stages et de compétitions pendant plusieurs mois, la majorité des élites francophones (Charline Van Snick et Sami Chouchi et sont entraînés également en France et en Suède) a donc peaufiné son judo sur les tapis du Blocry, à Louvain-la-Neuve. Une situation exceptionnelle qui a fait naître des sentiments ambivalents, avec, d'une part, la satisfaction de pouvoir continuer à pratiquer son sport, et d'autre part, la déception



de ne plus pouvoir combattre et s'améliorer.

## DE LA CRÉATIVITÉ

« Sans stage, c'est difficile de progresser », reconnaissait d'ailleurs Sophie Berger dans la presse avant son retour à la compétition. « Mais je pense que nous, judokas et sportifs en général, avons bénéficié en Belgique de bonnes conditions pendant le confinement et même après, avec les bulles. Nous avons pu continuer à nous entraîner, ce qui n'était pas le cas dans d'autres pays. »

« Dans notre malheur, on a de la chance, c'est évident. Mais ce qui

est dur à vivre, c'est l'incertitude », estime Loïs Petit. « Manquer d'objectifs concrets, c'est peut-être le plus difficile à gérer sur le long terme. »

Mais, malgré des conditions d'entraînements qui ne sont forcément pas aussi optimales qu'avant, les représentants de la FFBJ n'ont pas baissé les bras.

« Quand on est enfermé, on peut devenir plus créatif sur certaines choses. Il faut découvrir de nou-

veaux loisirs, de manière à toujours travailler l'esprit et de ne pas juste faire des choses de façon passive, comme se limiter à regarder des séries », expliquait notamment Charline Van Snick, qui enchaînait les entraînements via Zoom, dès avril au site [www.boulogne-blancourt.com](http://www.boulogne-blancourt.com).

Un discours similaire à celui d'Anne-Sophie Jura qui a par exemple obtenu son diplôme en « Sciences de la famille » à la rentrée de septembre : « Dans

le contexte actuel, je pense qu'il faut absolument rester positif et faire des choses qui nous motivent. Je me souviens de l'entraînement que nous avons donné avec Charline au mois de mai pour le compte de la Fédération francophone : c'était très sympa de pouvoir animer une séance avec près de 100 participants. Personnellement, partager ce genre de moment m'a fait beaucoup de bien. »

Au final, à défaut d'avoir été riche en combats et en compétition, l'année 2020 aura été celle de la solidarité pour les membres de la FFBJ, qu'ils soient élites ou amateurs.

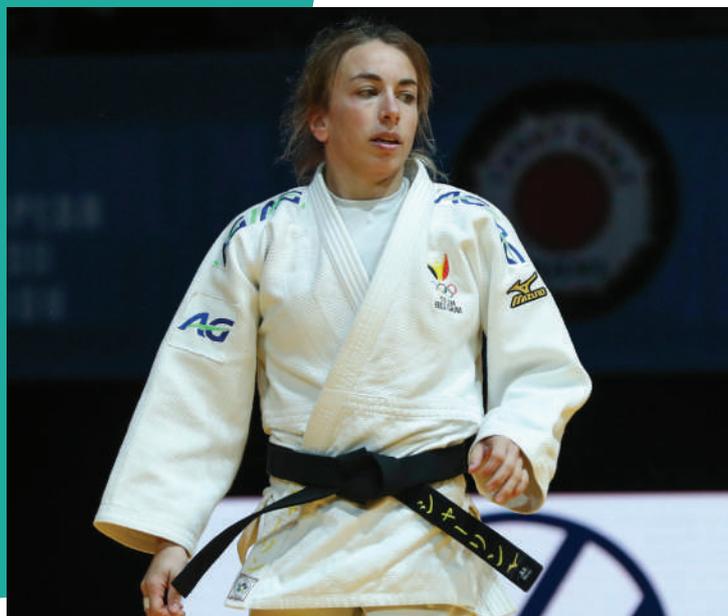
« HEUREUSEMENT, NOUS AVONS PU CONTINUER À NOUS ENTRAÎNER, CE QUI N'ÉTAIT PAS LE CAS DANS D'AUTRES PAYS. »



## « NE PAS TROP PENSER AUX JO »

Touchés de plein fouet par la pandémie, les Jeux Olympiques de Tokyo ont été reportés à l'été 2021. Une nouvelle logique mais difficile à vivre pour les judokas belges, comme Charline Van Snick : « Quand on se prépare pendant quatre ans à un rendez-vous olympique, c'est dur d'encaisser un report quelques mois avant. »

À six mois de l'échéance, les élites de la FFBJ ne s'enflamment donc pas. « Je préfère me fixer des objectifs à court terme. Ça évite les déceptions », poursuit Charline Van Snick. « Je ne veux pas commencer à me torturer l'esprit à propos d'événements sur lesquels je n'ai aucune emprise. Les Jeux olympiques de Tokyo, je m'y prépare, oui, comme s'ils avaient lieu. Mais je sais déjà qu'ils ne ressembleront pas à ceux de Rio et de Londres. Notamment dans la préparation. Des inégalités risquent d'exister en fonction de l'intensité de la crise sanitaire dans les pays. »



# LE PÔLE ADMINISTRATIF, CES TRAVAILLEURS DE L'OMBRE

MALGRÉ L'ÉPIDÉMIE DE CORONAVIRUS, LE TRAVAIL DU PÔLE ADMINISTRATIF DE LA FÉDÉRATION FRANCOPHONE RESTE ABONDANT.



**M**onika Cielen, Martine Burton, Laurence Marmignon, Nicolas Fusillier, Vincent Mottet. Beaucoup d'entre nous l'ignorent mais discrètement, sans faire de bruit, cette équipe oeuvre tous les jours pour assurer le suivi administratif de la Fédération.

Tant pour les clubs que pour les élites ou les différentes commissions, tous les cinq s'appliquent à régler les différents aspects logistiques et administratifs inhérents à la pratique du judo en Wallonie et à Bruxelles.

Entre la gestion des nouvelles licences et le renouvellement des anciennes, la transmission des déclarations d'assurance ou encore la communication des informations générales vers les clubs, la liste



des tâches qui incombent au pôle administratif est très importante.

Également chargée des plannings, du suivi de la plupart des dossiers en relation avec les pouvoirs publics, des dossiers de subventions et de leurs justificatifs, des flux bancaires et des contacts avec les fournisseurs, l'équipe installée au Blocry depuis plusieurs années ne chôme pas.

« Et comme l'argent reste toujours le nerf de la guerre, c'est elle aussi qui chasse les différents modes de subventions. »

### UNE POLITIQUE DE MODERNISATION

Et si les membres de la FFBJ ont pu continuer, tant bien que mal, à s'entraîner pendant l'épidémie,

c'est aussi en partie grâce à eux. « Nous avons anticipé les problèmes liés au coronavirus. Lorsque le premier confinement nous a été imposé, nous étions déjà prêts à télétravailler », expliquent-ils, heureux que leur prévoyance ait permis aux clubs et aux affiliés de ne pas être encore plus

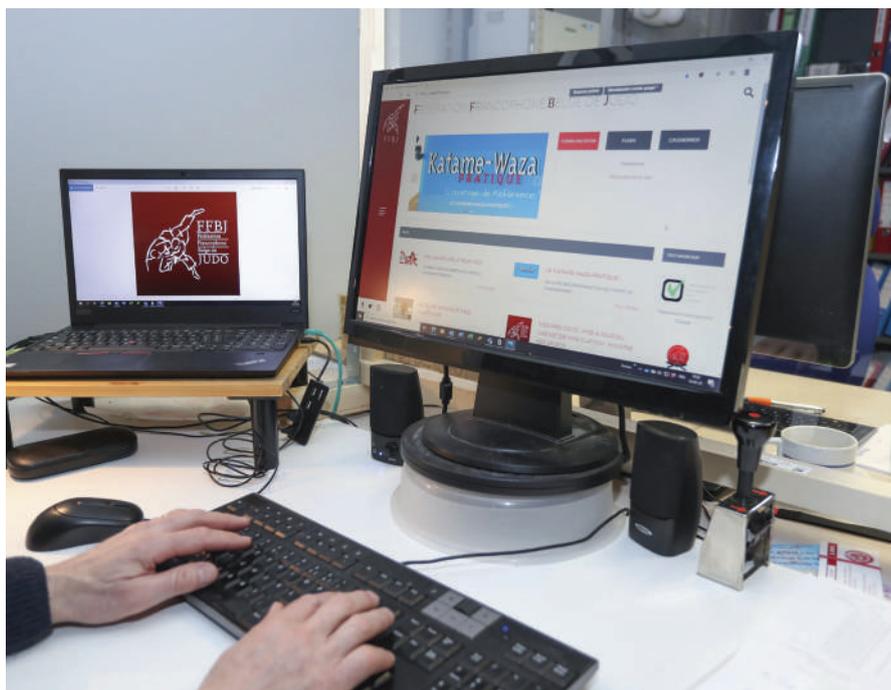
impactés par le Covid. « Parce que, malgré le virus, le travail reste très abondant. Tout ne s'est pas arrêté, bien au contraire... »

**« LE SECRÉTARIAT, CE N'EST PAS QUE DE LA POUSSIÈRE ET DES VIEUX CARTONS. »**

Ses membres le savent mieux que quiconque : « Le pôle administratif, ce n'est pas que de la poussière et des vieux cartons. » Depuis

quelque temps déjà, l'équipe mène une politique de modernisation de ses processus de fonctionnement. « Une mutation profonde de la gestion des licences sera d'ailleurs proposée en 2021. Idem pour les déclarations d'accident. » Le pôle administratif de la FFBJ le promet : « À l'avenir, les nouvelles technologies permettront encore un contact plus étroit, plus connecté et plus rapide avec les clubs. »

Bref, plus qu'un simple poumon administratif de toutes les activités du judo francophone, Monika, Martine, Laurence, Nicolas et Vincent en constituent donc aussi le cœur tant ils sont dévoués à leurs tâches quotidiennes.



# NOUVEAUX PROTOCOLES ET NOUVEAUX REPÈRES À BUDAPEST

APRÈS UN LONG BREAK FORCÉ, LE CIRCUIT INTERNATIONAL A REPRIS SES DROITS À BUDAPEST À LA FIN DU MOIS D'OCTOBRE. L'OCCASION POUR UNE PARTIE DES ÉLITES BELGES DE REPRENDRE LA COMPÉTITION.



**H**uit mois après le Grand Chelem de Düsseldorf, c'est donc à Budapest que le judo mondial s'est retrouvé pour sa première compétition officielle depuis le début de la pandémie de coronavirus. Un rendez-vous très attendu qui a permis à cinq membres de la Fédération francophone de représenter une fois de plus la Belgique au plus haut niveau.

Chez les dames, en l'absence de Charline Van Snick qui a préféré se concentrer sur les championnats d'Europe, elles étaient trois à monter sur les tapis hongrois : Anne-Sophie Jura, Gabriella Willems et Sophie Berger. Et le moins que l'on puisse dire, c'est qu'elles

n'ont pas été vernies par le tirage au sort.

Déjà victime d'une petite entorse au genou avant de le tournoi, Anne-Sophie Jura (-48 kg) est ainsi tombée sur un très gros morceau d'entrée de jeu, à savoir Paula Pareto, la championne olympique en titre. « Affronter une judoka de ce calibre, ça reste une sacrée expérience », se souvient la multiple championne de Belgique. « Malheureusement, je reste frustrée d'avoir été battue aux pénalités,

surtout que ses attaques ne m'ont jamais vraiment déstabilisées. Il faudra en tirer les leçons. »

Frustrée, Gabriella Willems (-70 kg) l'était également à l'issue du tournoi qu'elle a quitté au 2e tour, surprise par la Croate Barbara Matic, en or sur le podium hongrois. « Je pense avoir perdu mes moyens quand j'ai vu que le combat

ne tournait pas comme je l'aurais souhaité. Cela faisait très longtemps que je n'avais plus affronté quelqu'un de ma catégorie. C'est

compliqué même si cela se joue beaucoup dans la tête. »

Enfin, Sophie Berger (-78 kg) a elle aussi été manqué de réussite à Budapest. Pour sa première sortie officielle en huit mois, la Liégeoise a affronté d'entrée la Française Fanny Posvite, 3<sup>e</sup> mondiale et future médaillée d'argent de la compétition.

## VAN GANSBEKE EN FORME

Parfois cruel pour les Belges, le Grand Chelem de Budapest a toutefois souri à un membre de la délégation francophone : Kenneth Van Gansbeke.

« AFFRONTER UNE JUDOKA DE CE CALIBRE, ÇA RESTE UNE SACRÉE EXPÉRIENCE »

À l'inverse de Jorre Verstraeten (-60 kg) qui n'est pas parvenu à surprendre le Français Walide Khyar malgré plusieurs offensives, le médaillé d'argent du dernier Grand Prix de Montréal a éliminé deux adversaires dont le Slovène Adrian Gomboc, 15<sup>e</sup> mondial. Une performance d'autant plus marquante que le Belge, opéré des ligaments croisés, n'avait plus combattu depuis août 2019.

Même battu d'un waza-ari en quarts de finale par le Russe Yakub Shamilov (IJF 18) et éliminé des repêchages par le Mongol Erkhembayar Battogtokh, Kenneth Van Gansbeke (-66 kg) peut se montrer satisfait de son retour aux affaires et de sa 7<sup>e</sup> place, prometteuse.



## DES RÈGLES TRÈS STRICTES

Pour parvenir à relancer ses compétitions, la Fédération internationale de judo a mis sur pied un protocole sanitaire strict, qu'elle a déployé pour la première fois à Budapest.

« Nous avons travaillé sans relâche pour créer et approuver un protocole approprié », « rigoureux » et « efficace », explique le président de l'IJF, le Hongrois Marius Vizer.

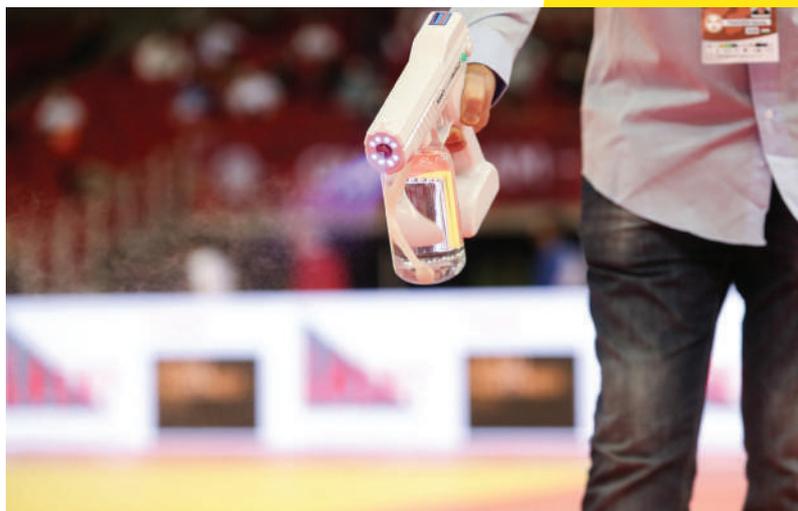
Pour information, il faut présenter deux tests PCR négatifs effectués maximum cinq jours avant d'entrer en Hongrie et à 48 heures d'intervalle. Un troisième test est pratiqué à l'arrivée à l'hôtel, et judokas et entourage ne peuvent quitter leur chambre qu'après un résultat négatif obtenu. Puis un dernier test est réalisé le matin de la pesée, à la veille de la journée de compétition.

Masqués en permanence, sauf pour combattre et manger, les judokas sont aussi limités dans leurs déplacements puisqu'ils ne peuvent se rendre qu'à leur hôtel ou la salle de compétition.

Tout non-respect du protocole sanitaire entraîne une disqualification, prévient l'IJF.

Les tatamis, eux, sont nettoyés toutes les heures et sont « traités avec une solution sans danger pour les athlètes mais létale pour les germes et les virus », souligne Andrea Ember, de la commission médicale de l'IJF.

Quant aux arbitres, « une couche spéciale, facile à désinfecter après chaque combat, est appliquée sous leurs chaussettes. »





# VAN SNICK ET VERSTRAETEN EN BRONZE À L'EURO

CHARLINE VAN SNICK ET JORRE VERSTRAETEN ONT CLÔTURÉ L'ANNÉE DE LA MEILLEURE FAÇON POSSIBLE EN MONTANT SUR LE PODIUM DES CHAMPIONNATS D'EUROPE ORGANISÉS FIN NOVEMBRE À PRAGUE.

**S**i 2020 a été une année compliquée pour l'ensemble des judokas, Charline Van Snick (-52 kg) et Jorre Verstraeten (-60 kg) devraient tout de même en garde un bon souvenir sur le plan sportif, eux qui ont décroché une médaille de bronze lors de l'Euro de Prague.

En lice dès la première journée de compétition, les deux membres de la FFBJ n'ont en effet pas manqué l'occasion de monter une fois de plus sur un podium européen : tous les deux se sont imposés en petite finale face à des noms ronnants de la scène mondiale.

Triomphant de l'Espagnole Ana



Perez Box après 9 minutes lors de son dernier combat, Charline Van Snick a ainsi prouvé une fois de plus qu'elle faisait partie des meilleures judokates de sa génération, comme en témoigne son palmarès.

« Même si j'ai l'impression d'avoir eu du mal à me transcender, je voulais vraiment cette médaille », raconte la Liégeoise dont la médaille à Prague est la sixième dans un Euro seniors. « Je regrette juste que la salle était vide à cause du Covid et que je ne puisse pas partager mes émotions avec le public, par exemple. »



## LE DOUBLÉ POUR VERSTRAETEN

En confiance après le Grand Chelem de Budapest, Jorre Verstraeten a lui aussi profité de cet Euro pour confirmer qu'il faisait désormais partie du top mondial.

Seulement battu par le futur médaillé d'argent de la compétition,

le Russe Yago Abuladze, le jeune Belge a remporté ses deux derniers duels de la journée pour arracher le bronze européen pour la deuxième année d'affilée.

« À 22 ans, ce qu'a fait Jorre est très encourageant », estime Cédric Taymans, le directeur sportif de la Fédération. « Je ne connais pas beaucoup de judokas qui ont réussi cette performance aussi jeune. »

## L'INCROYABLE COMBAT DE CHOUCHI

Également très en vue sur les tapis tchèques, Sami Chouchi (-81 kg) est quant à lui passé tout près d'un deuxième podium européen, après l'argent décroché à Tel Aviv en 2018.

Pourtant loin d'avoir été gâté par le tirage au sort, le Bruxellois a sorti plusieurs judokas d'importance, dont le N°3 mondial, afin de se hisser jusqu'en petite finale où il

a retrouvé... Matthias Casse pour un combat de 10 minutes qui restera longtemps dans les mémoires.

En effet, s'il n'est pas sorti vainqueur de ce duel 100% belge, Sami Chouchi n'a pas cessé de mettre en difficulté le N°1 mondial.

## TIRAGE COMPLIQUÉ POUR JURA ET BERGER

Malheureusement, les autres judokas de la FFBJ engagés n'ont



pas tous eu l'occasion de s'illustrer autant à Prague. À l'instar de Kenneth Van Gansbeke (-66 kg) qui a été surpris dès son premier combat, Anne-Sophie Jura (-48 kg) et Sophie Berger (-78 kg) n'ont pas réussi à s'extirper des éliminatoires.

Desservies par un tirage au sort compliqué, les deux judokates ont en effet rencontré les futures championnes d'Europe de leur catégorie, à savoir les Françaises Shirine Boukri et Madeleine Malonga, dès les premiers tours.



## MOINS DE RÉUSSITE POUR LES PLUS JEUNES

À l'inverse de leurs aînés, les plus jeunes élites de la FFBJ ne sont pas parvenues à monter sur le podium des championnats d'Europe U21 et U23 organisés à Porec au début du mois de novembre.

Sans repères après une année où ils n'ont presque pas eu l'occasion de se mesurer à des judokas étrangers, les principaux espoirs francophones en lice en Croatie ont souvent payé cher les erreurs commises.

Comme Loïs Petit (-48 kg) qui a été éliminée après avoir glissé sur une peau de banane, Jente Verstraeten (-48 kg) et Cosima Grumiaux (-63 kg) ont ainsi manqué de réussite lors de leur entrée en lice à l'Euro.

Mais si la chance ne leur a pas souri dans l'ensemble, les judokas francophones ont démon-

tré de belles choses pour leur retour à la compétition. C'est le cas par exemple de Clémence Dubois (-57 kg) qui avait débuté le tournoi par victoire ou encore de Manon Lecharlier (-57 kg) qui n'a été sortie qu'au terme d'un combat âprement disputé au cours duquel elle a arraché les prolongations à 22 secondes de la fin du temps réglementaire.

« J'aurais même dû gagner ce combat si l'arbitre avait bien accordé le ippon que je méritais durant le combat », se souvient la judokate qui participait à sa première compétition internationale chez les juniors. « Malheureusement, durant le golden score, je n'ai pas réussi à mettre assez mon adversaire en danger et elle m'a surpris. »

Enfin, les deux seuls hommes de la délégation francophone n'ont

pas à rougir non plus de leur performance à Porec. Engagés dans la même catégorie de poids, Yves Ndao et Sidy Sarr (+100 kg) ont chacun terminé le tournoi à la 7<sup>e</sup> place après avoir été écarté soit par le champion d'Europe, soit par le médaillé de bronze.

Forcément déçus ou frustrés, nos jeunes talents espéraient sans doute mieux pour leur retour sur les tapis. Mais comme le résumait à l'époque Yves Ndao à son retour en Belgique, « on peut déjà être heureux d'avoir repris la compétition. » « Maintenant, c'est à nous de faire les efforts nécessaires pour faire mieux lors de notre prochain tournoi. »





**Le prochain  
millionnaire Lotto  
est-il en train  
de feuilleter  
l'Echo Des Tatamis ?**

**Parce que c'est possible**



**Lotto**

# VAN SNICK LANCE LES HOSTILITÉS À DOHA



MALGRÉ LA FRUSTRATION DE NE PAS AVOIR PU MONTER SUR LE PODIUM DU MASTERS, CHARLINE VAN SNICK A PROUVÉ À DOHA QU'ELLE SERA ENCORE UNE DES VALEURS SÛRES DE SA CATÉGORIE EN 2021.

**P**ointée à la 9<sup>e</sup> place mondiale à l'entame du Masters de Doha, où seuls les judokas les mieux classés au monde étaient invités, Charline Van Snick (-52 kg) a une fois encore prouvé qu'il faudrait compter avec elle en 2021.

Avec trois victoires convaincantes contre des adversaires (Sosorbaram Lkhagvasuren, Fabienne Kocher et Gili Cohen) situées entre la 16<sup>e</sup> et la 20<sup>e</sup> places mondiales, la Liégeoise a en effet démontré qu'elle restait une référence dans sa catégorie.

Seulement battue par la Japonaise Ai Shishime, 3<sup>e</sup> mondiale mais aussi championne du monde 2017 et lauréate du Masters 2019, et la Kosovare Majlinda Kelmendi, 6<sup>e</sup> au ranking IJF et championne

olympique en titre, la Belge, 5<sup>e</sup> du tournoi, a donc quitté Doha avec le sentiment du devoir accompli à défaut de médaille.

« Charline a bien bossé mais elle n'a pas été récompensée », résumait Cédric Taymans à l'issue de la compétition. « Que ce soit face à la Japonaise, en quart de finale, ou face à la Kosovare, en petite finale, ses défaites sont surtout dues à des détails. » Exemple avec cette projection qui aurait pu être comptabilisée à quelques secondes de la fin de son combat face à Ai Shishime ou encore cette troisième pénalité assez sévère reçue face à Majlinda Kelmendi.

Contente de la mentalité affichée, Charline Van Snick estimait aussi avoir mieux géré son agressivité.

« J'ai été plus précise. Shishime, il y a deux ans, m'était nettement supérieure ; ici, ça a loupé d'un rien », a-t-elle expliqué dans « Le Soir ». « Finir cinquième au terme d'une journée aussi intense dans une compétition, c'est bien. » Et c'est de bon augure avant les Jeux olympiques qui se dérouleront normalement durant l'été.

## TIRAGE COMPLIQUÉ POUR VERSTRAETEN

Malgré un début de tournoi plutôt encourageant avec une victoire face à l'Australien Joshua Katz, 50<sup>e</sup> mondial, Jorre Verstraeten (-60 kg) a dû quitter les tapis précipitamment puisqu'il a été battu au tour suivant.

En effet, le sociétaire de l'Inter Gembloux-Wavre n'a pas été verni lors du tirage au sort puisqu'il a rencontré le N°4 mondial, Shara-fuddin Lutfillaev, dès son deuxième combat. Mais même face à un adversaire aussi féroce, le Louvaniste, 16<sup>e</sup> au classement mondial, a offert une belle résistance et n'a été éliminé que d'un waza-ari.

Enfin, Gabriella Willems (-70 kg) et Sami Chouchi (-81 kg) n'ont pas eu l'occasion de s'illustrer beaucoup plus longtemps à Doha. À l'image de Matthias Casse, les deux représentants de la Fédération francophone ont été surpris dès leur premier combat.

# « UN RETOUR POSSIBLE À LA RENTRÉE POUR TOUS LES JUDOKAS »

DEPUIS UN AN ET DEMI, JULIEN DELLATTE (28 ANS) EST LE NOUVEAU MÉDECIN DE LA FÉDÉRATION FRANCOPHONE BELGE DE JUDO. POUR NOUS, IL RÉPOND AUX QUESTIONS LIÉES À LA CRISE SANITAIRE.

**J**ulien Dellatte, pourquoi le judo est-il toujours interdit pour les plus de 12 ans alors que les tendances liées au coronavirus repartent à la baisse ?

Pour répondre à cette question, il faut considérer le problème dans son ensemble. Actuellement, même si nous nous sommes éloignés du pic de la deuxième vague, le coronavirus circule toujours activement dans notre pays. Pour faire baisser les contaminations et éviter une surcharge des hôpitaux, l'État a donc imposé des mesures strictes dont l'objectif est d'éviter au maximum les contacts rapprochés. Parmi ces mesures, il a par exemple été décidé de ne plus limiter la pratique sportive qu'à de petits groupes, en extérieur, ce qui n'est pas le cas du judo qui se fait en indoor avec des contacts très rapprochés.

**Serait-il possible de pratiquer le judo avec un masque pour diminuer les risques de transmission du virus ?**

Non, ce ne serait pas une bonne solution car la pratique du judo, notamment en compétition, requière des efforts physiques trop importants pour pouvoir être tolérée avec un masque.

**Pourquoi les moins de 12 ans sont-ils admis sur les tapis et pas les judokas plus âgés ?**

C'est une question qu'il faudrait poser aux autorités compétentes mais une des raisons principales est sans doute que certaines études montrent que les enfants de moins de 12 ans porteurs du virus sont moins contaminants que les adolescents et les adultes. De plus, cette tranche d'âge ne souffre que très rarement de forme grave de la maladie. Enfin, conserver une activité sportive pour ces jeunes



est nécessaire car ça constitue un repère important dans un quotidien déjà bien ébranlé.

**Comment peut-on envisager 2021 pour les judokas ?**

Il est compliqué de prédire ce qu'il va se passer dans les mois qui arrivent. D'après différents experts, une reprise du sport amateur ne peut pas être envisagée avant le mois de mars. Dans tous les cas, tout dépendra beaucoup du vaccin.

**C'est-à-dire ?**

Si la campagne vaccinale se déroule normalement et que la majorité des Belges accepte d'être vaccinée, il y a alors de grandes probabilités pour que les premiers effets positifs sur notre quotidien se fassent ressentir dès le mois de juin. Pour ma part, je pense que la prochaine rentrée scolaire devrait être propice à un certain retour à la normale. Si les hôpitaux ne se surchargent plus de cas graves durant les pics épidémiques, comme on

peut l'espérer grâce au vaccin, les autorités seront sans doute moins strictes et permettront alors aux belges de pratiquer le sport qu'ils aiment, que ce soit en indoor ou en outdoor.

**Est-ce que ça signifie que le vaccin sera obligatoire pour pratiquer le judo ?**

Il est encore trop tôt pour l'affirmer. Si une proportion suffisante de belges se fait vacciner sur une base volontaire, je pense que nous ne devrions pas en arriver là. Si ce n'est pas le cas, il n'est pas impossible que l'État impose une preuve de vaccination pour permettre entre autres la réalisation de certaines activités à risque comme le judo. Dans tous les cas, seules les autorités compétentes pourront imposer ce genre de mesures. Les fédérations sportives, elles, n'auront probablement pas ce pouvoir.

**En attendant la reprise, auriez-vous des conseils pour les**

**judokas ?**

La première chose que je leur conseillerai, c'est de continuer à faire du sport. Faire de l'exercice physique (course à pied, vélo, rameur...) est la meilleure façon d'entretenir le corps et d'être prêt pour le jour où les entraînements de judo reprendront. Ensuite, à votre retour sur les tapis, il faudra être patient et ne pas chercher à recommencer trop vite le randori et la compétition. Une reprise trop rapide, sans être prêt physiquement, est le meilleur moyen de se blesser. Prenez le temps de vous entraîner correctement et de répéter vos gammes, sans brûler les étapes. De plus, n'hésitez pas à faire quelques séances de renforcement musculaire spécifiques (les ischio-jambiers, rotateurs d'épaule, par exemple) afin d'agir préventivement par rapport à des blessures sérieuses comme la rupture du ligament croisé antérieur du genou ou la luxation d'épaule.



## NOTRE ÉQUIPE

Editeur responsable : Fabienne Charlier  
Communication : Carlos Ferreira

Laurence Marmignon  
Monika Cielen  
Martine Burton  
Nicolas Fusillier  
Vincent Mottet

E-mail: [info@ffbjudo.be](mailto:info@ffbjudo.be)  
Téléphone: : 010 / 244 401

Centre Sportif du Blocry,  
Place des Sports 1  
1348 Ottignies-Louvain la Neuve.

Malgré le confinement, le secrétariat  
reste en activité permanente, à l'entière  
disposition des clubs par mail,  
à l'adresse [info@ffbjudo.be](mailto:info@ffbjudo.be)

**"ETHIAS, PARTENAIRE PRINCIPAL DE LA FÉDÉRATION DE JUDO"**

**ethias**

**ASSURÉMENT JUDO**

**ET PLUS ENCORE !**

Partenaire historique des fédérations sportives, Ethias fait vivre, à leurs côtés, ses valeurs d'humanisme, d'éthique, d'engagement et de proximité.

Forte de son héritage mutuelliste, Ethias offre à tous, particuliers, associations, collectivités et entreprises des contrats d'assurance au meilleur rapport qualité-prix.

**Pour en savoir plus :**  
[www.ethias.be/corporate](http://www.ethias.be/corporate)

Ethias S.A., rue des Croisiers 24, 4000 Liège  
RPM Liège - TVA: BE 0404.484.654 - IBAN: BE72 0910 0078 4416 - BIC: GKCCBE33

## NOS PARTENAIRES



# Bien assuré ? C'est déjà gagné !



## ETHIAS, ASSURÉMENT SPORT

Ethias, partenaire principal de la Fédération Francophone Belge de Judo et des fédérations sportives, vous offre une large gamme de produits et services adaptés à vos besoins : **responsabilité civile des organisateurs, couverture en accidents corporels, accidents du travail pour le personnel et les collaborateurs bénévoles...** De quoi permettre à des milliers de sportifs d'exercer leur activité en toute sérénité.

**Pour en savoir plus : [www.ethias.be/sport](http://www.ethias.be/sport)**

**ethias**  
Les efficacisseurs