

EN ROUTE POUR 2022 !!

ASSOCIATION SPORTIVE LA BUTTE CAEN



HAPPY NEW YEAR

LE MOT DU PRESIDENT...

EDITO :

Le club accueille aujourd'hui plus de 2000 adhérents et propose 44 activités différentes !

L'Association favorise la découverte et l'accès à des activités physiques de loisir, de santé et de bien-être et s'attache à proposer de nombreuses activités accessibles à tous.

La meilleure preuve de notre succès : Nous existons depuis bientôt 70 ans !

En ce début d'année 2022 un peu particulière après cette reprise post covid, nous retrouvons peu à peu une vie presque normale.

C'est réjouissant.

Bien des contraintes s'imposent toujours à nous notamment le pass sanitaire ainsi que le masque qui nous rappellent tous les deux que le virus est toujours là, restons vigilants.

Vous lisez une nouvelle venue au sein de notre association, La Gazette.

Celle-ci devrait vous permettre d'avoir des nouvelles régulières de l'activité ou des événements passés ou à venir au sein de la BUTTE.

A chaque parution nous essaierons de vous présenter une section pour mieux vous les faire connaître.

Chaque président pourra prendre la plume.

Cette gazette sera à destination de nos 2000 adhérents et de nos partenaires.

Par le biais de celle-ci je voudrais vous remercier vous les adhérents de nous avoir suivi malgré les difficultés rencontrées.

Vous êtes restés fidèles, grand merci à vous.

Un grand merci aussi à nos professeurs qui sont restés vigilants et attentifs pour que la reprise se passe au mieux.

La vie est faite d'espérance et le chemin de la Butte n'a pas été toujours facile en témoigne notre histoire. La Butte s'est toujours redressée dans l'adversité et c'est encore le cas aujourd'hui.

Nous pouvons le faire grâce aussi au soutien sans faille de notre premier partenaire qu'est la Mairie de Caen.

Merci aussi aux bénévoles et particulièrement au comité directeur toujours présent.

A nous tous, nous formons une équipe qui se complète assez bien.

Donc j'accueille avec plaisir cette gazette qui vivra longtemps je l'espère et qui bénéficiera de vos contributions. Elle sera ce que vous souhaitez quelle soit.

En ces temps incertains, profitez de vos proches et prenez soin de vous.

Jean Luc GUERNET // PRESIDENT

ENTRETIEN AVEC...

GUILLAUME LEMESLE // PROF DE JUDO & TAÏSO

Bonjour Guillaume peux tu te présenter en quelques mots ?

Professeur de Judo et Taïso à la Butte depuis 1999/2000. Originaire de Haute Normandie. Je suis venu faire mes études en STAPS à l'université de Caen. La Butte m'a permis de progresser en tant qu'enseignant et judoka. Aujourd'hui je suis 5ème Dan, juge régional kata, formateur départemental pour les UV techniques et les katas. Et j'aime toujours autant transmettre.

Pourquoi le Judo ?

Les bagarres fréquentes à l'école ont poussé mes parents à m'inscrire au judo. Cela m'a permis d'apprendre à me contrôler. Le judo est une excellente école de la vie (code moral), il m'a aidé à me construire et m'a toujours guidé depuis. Je remercie mes professeurs pour tout ce qu'ils m'ont apporté et transmis.

Comment se déroule une séance ?

Cela démarre toujours par le rituel du salut, ensuite comme toutes les disciplines, il y a l'échauffement, en lien la plupart du temps avec le thème de la séance. Ensuite, il y a un travail technique, les chutes, le travail au sol (les contrôles) et debout (les projections). Puis le retour au calme et le salut final.

Il y a les périodes où l'on prépare les passages de ceinture et celles où l'on prépare les compétitions.

Qu'apporte le judo sur la vie quotidienne ?

C'est une vaste question. Je dirais plein de choses. Physiquement évidemment être en bonne santé, connaître et maîtriser son corps, se préserver. Un judoka qui fait une chute de vélo ou une chute dans la rue a de grandes chances de ne pas se blesser gravement. Le judo apprend aussi à gérer ses émotions et à se contrôler, notamment dans des situations qui sont conflictuelles. On en revient au code moral.

Pour finir, Comment donnerais-tu envi à un novice de pratiquer le judo ?

Je lui dirai, je te prête un kimono et tu viens essayer. C'est mieux que les mots.



C'est l'heure de l'actu...



LE PASS'SPORT PROLONGÉ
JUSQU'À FIN FÉVRIER 2022 !!



LE PORT DU MASQUE
EST OBLIGATOIRE
DANS NOS LOCAUX !

(Hors pratique
sportive)



A PARTIR DE JANVIER
LA BUTTE VOUS
PROPOSE DE VENIR
PRATIQUER JUSQU'À
LA FIN DE LA SAISON À
DES PRIX CASSÉS !



C'est avec une grande tristesse que nous vous annonçons le décès de notre chère Monique.

Monique était une femme d'une bonté et d'une bienveillance exceptionnelle. Toujours souriante et aimée de tous, elle œuvrait en tant que bénévole au sein du club depuis les années 1997/1999.

Chaque début de saison, Monique accueillait, renseignait, inscrivait, triait, et faisait un gros travail afin que l'accueil soit soulagé.

Momo c'était la joie de vivre, jamais ou rarement de mauvaise humeur, le cœur sur la main.

« Tu n'es plus là où tu étais, mais tu es partout où nous sommes »