



SAINT DENIS DOJO
JUDO – JUJITSU – TAISO – COMPETITION

DÉCEMBRE 2020

La lettre mensuelle du club N° 3



Le mot de la Présidente

Avant toute chose, j'espère que cette lettre vous trouvera ainsi que tous vos proches préservés de ce virus qui n'en finit pas de sévir.

Tout comme pour novembre, décembre sera également un mois au cours duquel toutes nos activités sportives en présentiel seront impossibles.

Pour autant, votre club souhaite demeurer malgré tout proche de vous.

Pour cela, notre Sensei Pierre a mis en place un dispositif de cours en visio. Ce vecteur de permet ainsi à chacun d'entre vous de poursuivre la pratique de notre discipline. Pour ceux qui n'auraient pas encore pu se connecter des détails vous seront donnés un peu plus loin dans ce numéro.

Enfin Décembre c'est également et surtout des fêtes de fin d'année et la magie de Noël. Aussi pour décompter les jours qui nous séparent de ce 24 décembre, que petits et grands attendent avec impatience, vous allez recevoir via votre messagerie un lien. Je n'en dis pas plus pour le moment...

Avant de conclure, l'ensemble du bureau se joint à moi pour vous souhaiter, en dépit du contexte sanitaire, d'excellentes fêtes qui nous conduiront vers 2021.

Bonne lecture.

Stella NUGUET



ON RESTE EN CONTACT

Pour plus d'informations ou nous contacter voici les liens utiles



<http://www.saintdenis-dojo.fr/>

saintdenisdojo@orange.fr

<https://www.facebook.com/groups/276205495813839>



A VOS AGENDAS

- COMPETITIONS

Toutes les dates initialement annoncées sont annulées

- STAGES - ENTRAINEMENTS

Toutes les dates initialement annoncées sont annulées

- PASSAGE CEINTURE NOIRE

Toutes les dates initialement annoncées sont annulées



EN ATTENDANT NOËL

Si vous n'avez pas encore cliqué sur le lien que Pierre vous a envoyé, voici une autre possibilité pour accéder au calendrier. Tous les jours jusqu'au 24, cliquez sur la date du jour pour découvrir la surprise.

LIEN : <https://calendar.myadvent.net/?id=1cb0b9ad359d7080198fc0031de011d9>



SPORT EN VISIO

Le confinement n'empêche la possibilité de faire du sport. Grâce au dispositif de visio mis en place par Pierre, toutes les catégories d'âges peuvent poursuivre la pratique à un horaire déterminé.

Si vous ne connaissez pas votre horaire et/ou si vous n'avez pas le lien pour accéder à votre cours, prenez contact via l'adresse mail du club.



LE SAVIEZ-VOUS ?

LE TATAMI

Pour enseigner l'art martial qu'il invente en 1882, Jigoro Kano s'installe dans un temple dont le sol est couvert de tapis de paille. Un revêtement qui est apparu au pays du Soleil-Levant à partir de 794.

Mais ce n'est pas pour la pratique des arts martiaux que les Japonais ont inventé ce revêtement de sol souple, composé de larges tapis de forme rectangulaire. Le tatami - un mot dérivé du verbe japonais *tatamu*, « plier » - apparaît en effet dans l'histoire de l'architecture bien avant que les judokas ne l'utilisent.

En effet, l'une des particularités de [l'intérieur d'une maison au Japon](#) réside certainement dans son sol. Contrairement aux maisons occidentales dans lesquelles il est fait un grand usage du parquet ou du carrelage, les sols japonais sont recouverts de ce que l'on appelle un TATAMI. Ce dernier fait partie de la culture nipponne puisqu'on le retrouve aussi bien dans les [maisons traditionnelles](#) que dans les temples, certains restaurants ou lieux publics.

L'histoire du tatami dans le Japon

Le tatami est un objet typiquement japonais. Son utilisation remonte vers le 7ème siècle. L'un des plus vieux tatamis au monde est aujourd'hui conservé à Shōsō-in, la maison du Trésor du temple Tōdai-ji, à Nara. L'introduction du tatami dans les maisons japonaises trouve certainement ses origines durant l'ère Heian. A cette époque, seule la noblesse et la bourgeoisie nipponne pouvaient l'utiliser. Il a fallu attendre l'ère Edo pour que la classe modeste puisse l'utiliser, et ce n'est que vers la fin de l'ère Meiji que la classe rurale utilisa le tatami chez eux.

La fabrication du tatami

Le tatami est fabriqué de manière traditionnelle avec des couches de paille de riz superposées et entrecroisées. Ces couches sont par la suite compressées afin de former un matelas, appelées TATAMI-DOKO. Ce dernier est recouvert d'une natte de paille tissée en jonc épars de grande qualité, appelée TATAMI-OMOTE. Vous obtenez ainsi un tatami qui permet de recouvrir le sol.

Les bords longitudinaux sont cachés par un ourlet qui contribue à rendre beaucoup plus esthétique l'ensemble. Ces ourlets sont appelés TATAMI-HERI. Le poids d'un tatami varie entre 25 et 30 kg avec une épaisseur d'environ 5 cm. Avec l'avancée technologique, il est aujourd'hui possible de trouver des tatamis de fabrication industrielle conçus en mousse de polystyrène ou fibres.

Une petite vidéo pour illustrer le tout

<https://www.youtube.com/watch?v=FAjuV7scPj0>

Le tatami unité de mesure

Au Japon, l'unité de surface que l'on utilise est le JO, ce qui correspond à la surface d'un tatami avec une dimension standard de 91 cm x 182 cm. Ce dernier doit toujours conserver le rapport de 1,2 afin de couvrir le sol de ce revêtement traditionnel. Malgré cela, il faut noter que la dimension des tatamis varie d'une région à une autre.



LA BOUTIQUE DU CLUB

Pour ceux qui l'ignore, votre club dispose d'une boutique. Nous vous invitons à y faire un tour...
<https://www.allsportsclub.fr/sdd>



NOS PARTENAIRES

Pensez à aller leur rendre visite

