



Au sens littéral, le mot JUDO signifie "Voie de la souplesse".

La légende dit que les principes du Judo furent découverts lors d'un hiver rigoureux, en remarquant que les branches d'arbres réagissaient différemment sous le poids de la neige abondante. Les plus grosses cassaient alors que les plus souples pliaient et se débarrassaient de l'agresseur. La voie de la souplesse était née. Cette discipline, qui nous vient du Japon a été fondée par le Maître Jigoro KANO en 1882.

Mais le Judo trouve ses sources dans celles de l'histoire du Japon. Il est en effet issu de plusieurs écoles d'arts martiaux où les Samouraï (guerriers Japonais) apprenaient la science du combat à travers les techniques du JuJitsu. Le judo est pratiqué, actuellement dans toutes les écoles, les lycées et les universités Japonaises. Il existe dans le monde plus de 15 millions de Judokas, dont 500 000 ceintures noires.

En France, la 1ere démonstration de Judo date de 1889 par Jigoro KANO lui-même, lors d'une tournée en Europe. Le Maître KAWAISHI arrive en France en 1935 et crée le 1er club de Judo et Jujitsu (le Jujitsu Club de France) ; il est le fondateur du Judo français.

Les 1er championnats de France ont lieu en 1943, les 1er Championnats du Monde masculins en 1956 et pour les féminines en 1980. Le judo masculin a été présent en tant que sport de démonstration aux J.O de Tokyo en 1964, et admis définitivement aux J.O de Munich en 1972 ; sur les 5 Judokas engagés, la France remporte 3 médailles. Quand au judo féminin, maintenant admis officiellement aux J.O, il fut présent en tant que sport de démonstration à Séoul en 1988 et est inscrit officiellement au programme à partir des J.O de Barcelone en 1992.

Le Code Moral du judo:

La Politesse: c'est le respect d'autrui

Le Courage: c'est faire ce qui est juste

- La Sincérité: c'est d'exprimer sans déguiser sa pensée
- L'Honneur: c'est être fidèle à la parole donnée
- La Modestie: c'est parler de soi-même sans orgueil
- Le Respect: sans respect aucune confiance ne peut naître
- Le Contrôle de soi: c'est savoir se taire lorsque monte la colère
- L'Amitié: c'est le plus pur des sentiments humains

L'attitude au Dojo:

Le Dojo est un lieu d'étude, de travail et d'échanges. Une attitude empreinte de sérieux et de respect est nécessaire au progrès. Tout Judoka doit avoir présent à l'esprit les recommandations suivantes qui conditionnent le bien-être de chacun.

- » Respect des lieux
- » Respect des personnes
- » Entraide et solidarité
- » Politesse
- » Ponctualité et Assiduité
- » Hygiène
- » Convivialité, Amitié