

# COMMISSION NATIONALE SPORTIVE



Newsletter CSNS N°6 Mai 2022

## Edito

**Chers clubs de sambo,  
Chers amis samboïstes,**

**Nous sommes heureux de vous retrouver en ce mois de mai plein de promesses pour notre sport.**

**Une délégation d'athlètes de la CSNS menée par Abdelhak BOUSNANE a représenté la France au Tournoi international de Roumanie de Sambo.**

**L'équipe de France retrouve enfin les compétitions internationales.**

**Comme vous en avez désormais l'habitude, vous trouverez dans ce numéro, les événements liés à notre sport : ce mois-ci nous vous proposons un article sur le tournoi international de BUCAREST du 25 au 28 Mai et une invitation à participer à l'Open de France de sambo sportif et combat qui aura lieu à Claye Souilly (77) le 25 juin prochain.**

**Le portrait du mois sera consacré à Audrey JOUBERT, athlète et arbitre CSNS. Nous clôturerons ce billet par un point sur la vie fédérale.**

**Bien Sportivement,**

**La Commission Sportive Nationale Sambo**

---

## ÉVÉNEMENTS

---

### **Tournoi international de Roumanie 2022 du 25 au 28 mai à Bucarest**

**Ce jeudi 26 mai, nos jeunes athlètes engagés en sambo sportif se présentaient au tournoi international de BUCAREST en Roumanie sur invitation de la Fédération Européenne de Sambo.**

**4 compétiteurs et 2 compétitrices ont**

# Cupa "FRIENDSHIP" TURNEU INTERNAȚIONAL



répondu à l'avis de sélection .

Cette sortie de l'équipe de France a été une réussite avec un bel état d'esprit et un engagement total des athlètes pour porter dignement les couleurs de leur fédération.

Les délégations ont eu le privilège et l'honneur d'accueillir Sergueï BUBKA, immense champion de saut à la perche ukrainien et ancien élu au CIO, pour aborder l'avenir du sambo et des jeux olympiques.

## **La France remporte 2 belles médailles d'argent**

**Diane INGUIMBERT en séniors -50kg**

**(s'incline uniquement en finale contre l'ukrainienne championne du Monde)**

**Maxime POCEIRO en séniors -64kg après un brillant parcours.**



---

## **Invitation à l'Open de France de Sambo Sportif et Combat le samedi 25 juin à Claye Souilly**

C'est avec un immense plaisir que la **Commission Sportive Nationale de Sambo** invite l'ensemble des clubs à participer à l'Open de France de Sambo sportif et Sambo combat qui se tiendra le 25 juin 2022 à Claye Souilly (77).

Cet Open, à caractère national, pourrait prendre une dimension internationale car plusieurs nations, désormais informées que la CSNS représente la délégation du sambo en France, souhaiteraient se joindre à nous.

Il s'agira en tous cas d'une grande manifestation qui permettra à l'ensemble des clubs de sambo de France de se retrouver dans une ambiance amicale et leur donnera une visibilité accrue.

Soyons nombreux à participer à cet événement qui sera précédé le matin d'un stage de Sambo défense qui avait suscité un vif intérêt l'an dernier.



---

## PORTRAIT DU MOIS

---



### Audrey JOUBERT

**La rédac' : Bonjour Audrey, parle-nous de toi.**

**Bonjour,**

J'ai 21 ans et je suis en 2<sup>e</sup> année d'école d'infirmière.

Je fais du sambo depuis 2016 (d'ailleurs je passe ma ceinture noire sur la session nationale des grades dans quelques semaines). Avant le sambo, j'ai testé plein de sports, notamment le taekwondo pendant quelques années mais c'est avec le sambo que j'ai vraiment accroché. J'évolue depuis des années avec le Full Sambo Evolution, en Île de France.

**La rédac' : Tu fais partie de la Commission Sportive Nationale de Sambo, quel est ton rôle dans cette commission ?**

Je travaille aux côtés de Christophe LEMARCHAND au sein du pôle Arbitrage. Je suis actuellement arbitre fédéral 3 et je prends le relais dans l'organisation de la coordination, lorsqu'il n'est pas disponible. En région Île de France, il me laisse beaucoup la main notamment dans l'organisation des pesées, la coordination générale, l'affectation des postes. J'aide aussi, à mon échelle, le pôle communication sur les réseaux sociaux. J'essaie de trouver quelques idées et photos/vidéos à poster lorsqu'il y a des événements. J'aide aussi, à mon échelle, le pôle communication sur les réseaux sociaux. J'essaie de trouver quelques idées et photos/vidéos à poster lorsqu'il y a des événements.

**La rédac' : Tu es une compétitrice et une arbitre. Quel rôle t'apporte le plus ?**

Être athlète et compétitrice m'apportent le plus. Monter sur le tapis permet de donner 100% de moi, de me dépasser, de voir de quoi je suis capable. Peu importe le résultat! C'est toujours l'expérience qui m'intéresse, pour donner plus encore la fois d'après et toujours progresser. Dans le sport en général et notamment les sports de combat, on se remet toujours en question parce qu'on peut toujours faire mieux. Vous pouvez par exemple bien maîtriser le sambo sportif sans savoir comment vous réagiriez sous une pluie de frappes au visage si vous faisiez du sambo combat ! On apprend à avoir plus de recul et de self-control, mais aussi de l'humilité. Ce qui a forcément une répercussion dans la vie de tous les jours.

Etre arbitre officielle, est un plus à tout ça ! J'ai une vision différente à 360° degrés maintenant. Je connais les règles d'arbitrage sur le bout des doigts ce qui peut m'avantager dans un combat lorsque je veux faire pencher la balance. Et arbitrer m'oblige à observer et à être concentrée sur chaque combat. Je peux alors plus analyser et m'appuyer dessus pour voir ce qui marche ou ne marche pas. Ça m'aide alors dans la stratégie de jeu lorsque je combats !

**La rédac' : Quelles sont tes ambitions pour ton parcours d'athlète ?**

J'espère un jour devenir athlète de haut niveau et poser les pieds sur un tapis lors de championnats internationaux. C'est l'objectif que je veux vraiment atteindre. Et forcément, années après années, je sens que je progresse et évolue, donc je me dis que je vais finir par l'atteindre ! Après je ne me fixe pas un temps imposé. Je serai prête quand le moment sera venu.

**La rédac' : Quel est ton palmarès ?**

Je vais parler pour ces dernières années. Je suis vice-championne de France en sportif 2020, 2021 et 2022. Championne d'Ile de France sambo sportif et sambo combat 2022.

Je suis également championne de France (coupe de France) de sambo combat en 2017. Je n'ai pas eu l'occasion de me représenter sur une de ces compétitions depuis mais je compte bien y retourner très prochainement !

**La rédac' : Comment te sens-tu au sein de ton club ?**

J'ai commencé le sambo au Full Sambo Evolution et j'y suis restée depuis. Alors forcément, je connais tout le monde. Il y a peu de filles dans le sambo et beaucoup de va-et-vient. À l'heure actuelle, je suis la plus ancienne féminine alors je me sens comme la petite protégée du club. Depuis des années, certains samboïstes sont devenus des amis. Le FSE est une vraie famille et je sais que je peux compter sur eux. Ils me mettent beaucoup en avant et me valorisent. Alors



**La rédac' : Quelles sont tes ambitions de développement de l'arbitrage ?**

J'aimerais que l'arbitrage se développe plus sur le plan national mais aussi régional.

oui, on peut dire que je me sens très bien dans mon club, ils me donnent toujours le sourire ! Le sambo c'est ma bulle d'évasion, mon truc à moi et c'est en partie grâce au club, aux adhérents et à l'ambiance qui y règne.



### **La rédac' : Comment vois-tu l'avenir du sambo en France ?**

La CSNS a bien pris ses marques maintenant. Soudés, nous évoluons bien. Alors, le sambo en France ne peut que croître. Nous faisons en sorte de proposer des évènements tout au long de l'année. Nous espérons encore plus d'effectifs sur les championnats et moins d'attaques absolument pas méritées. Mais c'est en très bonne voie (sourire).

C'est comme enseigner, les athlètes ne se rendent pas compte à quel point ça aide dans l'apprentissage et l'évolution de son parcours. Et puis, il ne faut pas oublier qu'arbitrer ce n'est pas juste être au milieu, attribuer les points et être à la vue de tout le monde. Faire partie de l'arbitrage c'est aussi être à la chaise, gérer le chrono et l'affichage des points, en parallèle tout noter à la main sur une feuille. C'est aussi faire le tirage des tableaux/poules, préparer les feuilles de matchs en pensant au temps de repos et gérer toute la pesée ! Il y a donc des axes plus discrets et dans les papiers qui pourraient convenir à beaucoup.

### **La rédac' : Pour conclure, un souhait ?**

On reconstruit toutes les fondations du sambo avec la CSNS. Je souhaite donc que le sambo en France soit plus connu et que le nombre de licenciés augmente. Qu'on puisse participer aux JO qui arrivent et que de nouvelles portes internationales s'ouvrent à nous. Mais avec nos bases saines, on est sur la bonne voie, je le sais !

### **La rédac' :**

Merci Audrey

---

## **VIE FÉDÉRALE**

---



### **Brevet Fédéral 1 : Animateur**

**Quatre samboïstes** sont actuellement en formation BF1 au siège du Comité Régional Ile de France Lutte et Disciplines Associées en compagnie d'une trentaine de lutteurs et de grappeurs.

La formation théorique se passe dans une saine ambiance, studieuse et interactive.

Merci aux intervenants pour leur disponibilité et leur accueil.

La partie pratique aura lieu les **4 et 5 juin à l'INSEP.**

Nous souhaitons bon courage et bonne chance à tous les participants.

Contactez nous



## Commission Sportive Nationale Sambo

Rue Louis Pergaud 2, 94700, Maisons-Alfort



**Fédération Française délégataire**  
Fédération Française de Lutte  
Rue Louis Pergaud 2, 94700, Maisons-Alfort

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}

[Se désinscrire](#)

