



Fédération Française de Judo,
Jujitsu, Taïso, Kendo
et disciplines associées

Comité des Landes Judo Jujitsu



SAISON SPORTIVE
2020 / 2021

Dojo départemental des Landes
1, boulevard des sports 40100 Dax

LE PORTRAIT du MOIS.

Qui ne connaît pas Lucile DUPORT ?



Lucile a débuté au Judo Club Onessois en 1995, jusqu'à la création du club de Morcenx CAM qu'elle a rejoint en 1996.

Elle est un exemple pour tous. Elle est la preuve qu'avec beaucoup de volonté, de travail et de courage, la réussite est au rendez-vous.

Appliquée et investie, elle est l'élève modèle que tous les clubs aimeraient avoir dans leurs cours. Au-delà de ses qualités d'engagement, elle est également très appréciée pour sa gentillesse et son humilité.

Toujours motivée, elle a participé à toutes les compétitions dans les Landes, en aquitaine et elle a même pris part à la coupe kata.

Dès 14 ans, elle a intégré le pôle espoir de Lormont, sous la direction technique de Christophe MANDIN avant de rejoindre Xavier MONDENX au pôle France de Bordeaux Talence en 2006.

Elle a passé toutes ses ceintures au sein de notre club, de la ceinture blanche à la ceinture noire 1^{er} Dan, qu'elle a obtenue à l'âge de 15 ans. Pour l'anecdote, je lui ai ramenée cette première ceinture noire du JAPON en 2002.

Elle est ainsi montée sur tous les podiums des poussines jusqu'à son titre de Championne de France Junior qui lui a ouvert les portes du Tournoi International de PARIS BERCY, avec les plus grandes judoka du Monde.

À 18 ans à peine, elle a parachevé sa saison avec une superbe seconde place au Championnat de France de 1^{ère} division senior à Toulon, aux côtés des leaders de la catégorie des -48kg en équipe de France, Frédérique JOSSINET et Laetitia PAYET.

Dojo départemental des Landes : 05.58.56.26.67





Fédération Française de Judo,
Jujitsu, Taïso, Kendo
et disciplines associées

Comité des Landes Judo Jujitsu

SAISON SPORTIVE
2020 / 2021

Dojo départemental des Landes
1, boulevard des sports 40100 Dax

Après 12 années passées au CAM, Lucile franchit une nouvelle étape en rejoignant le Club de l'ACS Peugeot Mulhouse qui lui permettra de participer à de grandes compétitions.

Je garde de Lucile un très bon souvenir et je suis très heureux de la revoir à chaque fois qu'elle revient dans les Landes.

Merci beaucoup LUCILE - **BERNARD son 1^{er} professeur de Judo**



Effectivement, la section judo du CAM a vu arriver une petite fille de 6 ans qui suivait son frère au judo. Nous avons tout de suite repéré une petite qui en voulait. Elle ne voulait pas tomber. Elle travaillait consciencieusement et surtout elle écoutait tous les conseils et les recommandations de Bernard ainsi que de ses aînés.

De nombreuses blessures l'ont malheureusement obligée à arrêter sa carrière. Malgré ces déboires physiques, elle a suivi des études en Licence STAPS « entraînement » spécialité judo, Master « sport, Expertise et Performance » de l'INSEP. Elle a également décroché le Certificat de Capacité de Préparateur Physique de l'INSEP.

Nous pouvons d'ailleurs suivre ses conseils sur Lucile Duport – préparation physique et coaching sportif ou @lucile_duport_prepaphysique



Face à l'effort de l'entraînement quotidien d'un pôle France de judo, plusieurs stratégies sont possibles, soit abandonner face à la difficulté, soit répondre à cette exigence et la transcender.

Lucile, dès la première semaine de son intégration au pôle France, a fait le choix de l'engagement, de l'effort et de la volonté quotidienne de progresser.

En dépit des rudes épreuves (blessures) rencontrées, elle a choisi, du pôle France de Bordeaux à l'Insep, de construire l'histoire de sa vie dans le combat et la persévérance.

Lucile a perpétué lors de ses jeunes années de sportive la tradition du pôle France de Bordeaux qui s'est construit historiquement autour de Frédéric Lebrun sur des valeurs d'abnégation et de travail qui peuvent sembler aujourd'hui désuètes mais que nous partageons elle et moi.

Dojo départemental des Landes : 05.58.56.26.67





Fédération Française de Judo,
Jujitsu, Taïso, Kendo
et disciplines associées

Comité des Landes Judo Jujitsu

SAISON SPORTIVE
2020 / 2021

Dojo départemental des Landes

1, boulevard des sports 40100 Dax

Brillante élève j'ai eu le privilège d'accompagner Lucile quelques années au pôle France de Bordeaux et de la suivre quelques années plus tard à l'INSEP.

J'ai beaucoup de respect pour le parcours accompli et pour la jeune femme qu'elle est devenue.

Je la remercie d'avoir partagé ce chemin avec moi. **Xavier**



Que dire à propos de Ma lulu...

Après avoir passé plusieurs saisons à l'entraîner, après être passée par des hauts et des bas, malgré les blessures ou les coups de mou, c'est une fille qui n'a jamais baissé les bras.

Une femme très professionnelle sur le tapis comme à l'extérieur, « une dure au mal ».

Lorsqu'on a commencé à travailler ensemble, Lulu était dans la catégorie des moins de 52 kg, mais la catégorie était assez chargée et Lulu ne voulait pas être deuxième ou troisième !!!! Après réflexion on a pris la décision de descendre en moins de 48 kg, l'obligeant à suivre un régime pour perdre 5kg. Vous pouvez donc imaginez le mental de cette fille !

Après un championnat de France où elle termine seulement septième en -48 kg elle n'a rien lâché et a continué à s'entraîner jusqu'à enfin décrocher ce titre de championne de France en 2017. Dotée d'un mental de titan, elle n'a jamais douté d'elle.

Ça a été un plaisir pour moi d'entraîner une fille comme elle, et maintenant c'est un grand honneur pour moi de l'avoir comme préparateur physique au sein du club.

Anthony Entraîneur de l'US Orléans – Loiret Judo Jujitsu



Dojo départemental des Landes : 05.58.56.26.67





Crédit Photo : jean Bernard Dalleau

Les copines judoka de l'US Orléans – Loiret Judo Jujitsu

« Ma convalescence suite à mon opération des ligaments croisés a été très compliquée. En tant que préparatrice physique, Lucile m'a accompagnée au mieux durant toutes les étapes en intégrant des exercices novateurs et créatifs pour me permettre de garder ma condition physique & ma motivation. Elle m'a également proposée des programmes personnalisés, toujours adaptés à une charge de travail décidée en équipe (kiné, médecin, chirurgien, Lucile & moi). Si je devais citer trois de ses qualités professionnelles : l'écoute, la motivation dans le travail et la rigueur. Merci Lulu ». **Maëlle**

« C'est le genre d'amie et de coéquipière que tout le monde rêve d'avoir. En plus d'avoir été une athlète passionnée par sa discipline, elle est aujourd'hui une préparatrice physique investie et dévouée à ces athlètes.

C'est une personne fiable, honnête, douée et talentueuse que j'ai aimé voir combattre tant son judo était fluide et rempli de technicité. Très discrète, elle parle peu mais quand elle le fait ce n'est pas pour rien parce qu'elle a un sacré caractère ».

Rebecca

« Lucile est une coach sur qui on peut compter, elle sait nous mettre en confiance, s'adapter au profil de chacun. On ne fait pas que du sport avec elle, on partage vraiment quelque chose de particulier ». **Alison**

« Un petit bout de femme naturelle, déterminée, rigoureuse et très impliquée dans ce qu'elle décide d'entreprendre. Aussi investie en tant qu'athlète que préparateur physique, elle est et sera un bel exemple pour beaucoup de judoka athlètes et entraîneurs. Merci à elle pour son soutien et son suivi au jour le jour ». **Marine**



Fédération Française de Judo,
Jujitsu, Taïso, Kendo
et disciplines associées

Comité des Landes Judo Jujitsu

SAISON SPORTIVE
2020 / 2021

Dojo départemental des Landes

1, boulevard des sports 40100 Dax

« Lulu est toujours à l'écoute, en recherche permanente de nouveautés en apportant de nouvelles connaissances pour mieux se connaître. Une femme dynamique, pleine d'ambition ». **Alice**

« Lucile Duport incarne l'entreprise idéale, celle dont le professionnalisme et l'aspect humain se mélangent à merveille. A l'instar de tous les athlètes ayant été coachés par cette force douce, Lucile fait partie intégrante de ma réussite sportive ». **Mélissa**

Lulu est une amie et elle est devenue le préparateur physique de l'US Orléans dont je fais partie.

Elle est très professionnelle et impliquée dans tout ce qu'elle fait. Plutôt introvertie par nature, elle a su trouver sa place, avec une bonne humeur constante vraiment très agréable ! Je ne lui lance pas des fleurs parce que c'est une amie mais parce c'est ce qui la caractérise le mieux. Mais elle n'est pas non plus qu'un ange, elle a aussi son petit caractère. **Hélène**



3^{ème} au Championnat du Monde par Équipe des nationaux - Rio 2013

Merci à Bernard, Françoise, Christelle, Sébastien, Jacques, Anthony, Xavier et aux copines judoka de l'US Orléans – Loiret Judo Jujitsu
pour le Portrait de LUCILE

Dojo départemental des Landes : 05.58.56.26.67

