



ATELIER JUDO

A partir du mardi 19 septembre 2017

Quand ?

Mardi de 17h à 18h
Vendredi de 17h à 18h
Vendredi de 18h à 19h
Mardi à 19h

Pour qui ?

GS (5 ans révolus) CP CE1
CE2 CM1 CM2
Les Collégiens
Les Adultes

Forme de combat dans le japon ancestral, le judo est aujourd'hui médiatisé par la compétition. Il est aussi reconnu et recommandé pour son rôle éducatif chez les jeunes.

Descriptif du cours

Déplacements, travail avec partenaire
Etude des contrôles au sol, des projections,
du self défense.

Animation

Monsieur Leguidcoq a obtenu son diplôme
d'état en 1989. Il est ceinture noire 4^{ème} Dan
de judo jujitsu et professeur d'EPS à l'école
Sainte Catherine.

Objectif du cours

Maîtrise gestuelle et mentale
Technique compétition ou self défense
Tous les aspects du judo doivent être
étudiés et pratiqués avec l'esprit du
fondateur, Maître Jigoro Kano, afin que
cette discipline soit une école de vie qui
conduise à l'amélioration de la personne,
tant sur le plan sportif qu'en tant qu'être
humain.

Participation annuelle GS et CP : 210€/an

Participation annuelle à partir du CE1 : 240€/an (frais de licence FFJDA inclus)
payable en 1 ou 2 chèques à donner impérativement au moment de l'inscription
(libellé à l'ordre de l'OGEC Sainte Catherine) ; ceux-ci seront déposés en banque le 1^{er}
octobre et 1^{er} novembre 2017.

Certificat médical obligatoire dès le premier cours

📍 les inscriptions auront lieu le lundi 4 septembre 2017 de 16h à 18h

Je soussigné(e)..... inscrit au cours de judo

Nom..... Prénom..... Classe.....

Mail..... n°tel.....

Date et signature,