

# JUDO



Le **Judo** (voie de la souplesse) est un art martial japonais, fondé par Jigoro Kano en 1882.

Au sein du **Gym Arts Martiaux Salvétain**, les jeunes judokas sont amenés à pratiquer de manière ludique pour les aider à prendre confiance en leurs possibilités. Au fil des saisons, le judoka est accompagné vers l'obtention de sa ceinture noire.

Cours : Dojo de l'Apouticayre (*Collège*)

|           |           |            |            |
|-----------|-----------|------------|------------|
| 4 à 5 ans | 6 à 8 ans | 8 à 11 ans | 12 ans & + |
|-----------|-----------|------------|------------|

| Lundi         | Mardi         | Mercredi      | Vendredi      |
|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 17:30 à 18:15 | 17:30 à 18:30 | 17:15 à 18:00 | 19:00 à 20:00 |
| 18:15 à 19:15 | 18:30 à 20:00 | 18:00 à 19:00 | 19:00 à 20:30 |