

Chute arrière—assis



Passage de grade pour les éveils judo Ce que vous devez savoir!!

Chute arrière—accroupi

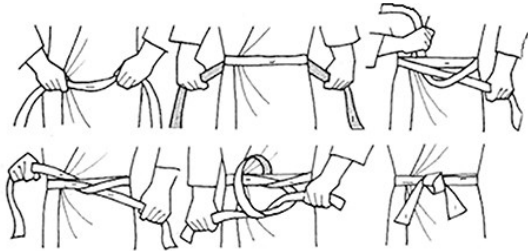


Roulade avant

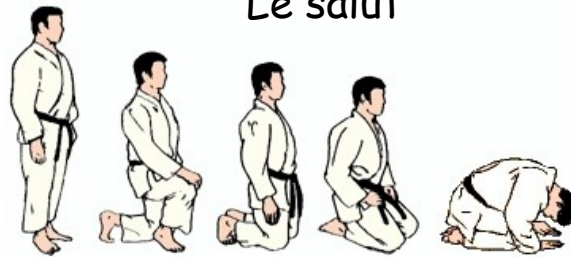


4 déplacements différents parmi: le serpent, l'araignée, le chien, le gorille, le kangourou, la grenouille, le lapin, l'éléphant, cloche-pied.

Le nœud de ceinture



Le salut



Les mots japonais



Les techniques

Ce qui est important, ce sont les forme de corps.
Les éveils judo seront aidés, guidés pour réussir.

Il n'y a pas d'erreurs, juste le besoin de revoir, de poursuivre, de prolonger les apprentissages.



Judoka câlin



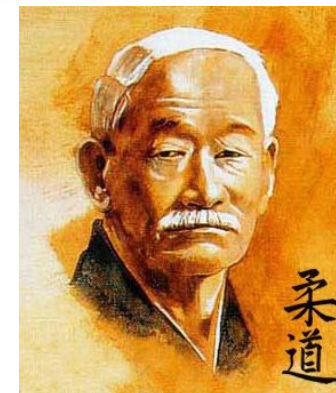
Judoka crabe



Judoka à cheval



Judoka locomotive



Le grand judoka: Jigoro Kano

La validation de ce travail amène, en fin de saison, les 1er année à la ceinture 1 liseré, les 2ème année à la ceinture 2 liserés, indépendamment du niveau de connaissance acquis.