

# LE JUDO C'EST QUOI ?

C'est un sport de combat où **aucun coup n'est porté à l'adversaire** ! On utilise des déséquilibres pour projeter son partenaire et poursuivre la maîtrise au sol. Tout est fait dans un **cadre supervisé par des professeurs reconnus** qui ont les qualifications nécessaires pour encadrer les jeunes et leur montrer comment projeter et chuter de façon sécuritaire.

## CODE MORAL DU JUDOKA

---

POLITESSE  
COURAGE  
SINCÉRITÉ  
CONTRÔLE DE SOI  
HONNEUR  
MODESTIE  
AMITIÉ  
RESPECT

---

## C'EST POUR QUI ?

Pour tous ceux qui veulent découvrir le Judo et parfaire leurs connaissances techniques de kata, d'arbitrage et l'initiation à des niveaux plus élevés en compétition.

## LES BIENFAITS

- Aquisition de valeurs morales saines
- Libéralisation et canalisation de l'énergie
- Développement harmonieux du corps

## PRIX

---

**Primaire** ( 5e et 6e année )

**Secondaire** ( 1 à 5 )

**1800\$**

PRÉREQUIS :

Avoir fait au moins une session de JUDO

---

**BASÉ SUR 2h DE  
JUDO PAR JOUR**