

**REJOINS-NOUS
VITE AU DOJO !**



CONTACT

Gérald Poirier
Directeur technique &
Instructeur

Denise Lavergne
Ressources Humaines



**CONCENTRATION
SPORTIVE**

450-529-1146

JUDO

Centre
de services scolaire
des Hautes-Rivières
Québec

DOJO

275 avenue du Parc
Saint-Jean-sur-Richelieu
Québec, J2W 1N1

Primaire
5e et 6e année

Secondaire
1 à 5

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**