

## La reprise au Judo-Club



La reprise au Judo-Club

Le judo, **en plus d'être un sport**, est une méthode d'éducation. Accessible à tous, enfants, à partir de 4 ans, adultes, hommes et femmes. et également aux personnes en situation de handicap.

Les judokas viennent se dépenser physiquement, développer des habilités motrices, apprendre des techniques. Mais la pratique du judo est surtout le respect de règles, d'une étiquette, d'un code moral et de principes fondateurs, tels que l'entraide, la progression mutuelle et le meilleur usage de l'énergie.

Le judo contribue au développement des capacités physiques et morales de chacun, grâce à une méthode pédagogique adaptée.

Son enseignement est dispensé par Laurent Sarrabaig, professeur diplômé.

Le club de judo de Condom a son dojo en face du collège Saint-Exupéry.

Les entraînements reprennent à partir du mardi 10 septembre 2019, mais le judo sera présent à la fête des associations, le samedi 7 septembre, à Gauge.

### Les horaires :

- Baby-judo (nés en 2014-2015) jeudi de 17 h 30 à 18 h 15
- Mini-poussins et poussins (nés en 2010-2011-2012-2013) mardi et vendredi de 17 h 30 à 18 h 30
- Benjamins-Minimes-Cadets-Juniors-Séniors (nés en 2006 et avant) mardi et vendredi de 18 h 30 à 20 h
- Sport adapté : jeudi de 18 h 15 à 19 h 15

Pour tout renseignement, vous pouvez nous contacter au **05 62 28 33 30** (heures cours) - mail : [judoclub.decondom@sfr.fr](mailto:judoclub.decondom@sfr.fr) ou passer directement au club au heures des cours.