



Adresse de l'Association,
4 chemin de la gravière
09500 Rieucros

<http://club.sportsregions.fr/kodokanpamiersjudo>

SAISON 2015 / 2016

Vos interlocuteurs au sein du club :

PRESIDENT	Thierry GURZONI	Tel.:06.07.79.84.37	mail: gurzonithierry@gmail.com
VICE PRESIDENT	Mohamed EL YACOUBI	Tel.:06.87.04.04.09	mail: ely.med@laposte.net
VICE PRESIDENT	Alain MASCHERONI	Tel.:06.44.01.15.02	mail: joseph.mascheroni@gmail.com
SECRETAIRE	Cyrille PITARQUE	Tel.:06.63.58.72.00	mail: c.pitarque@orange.fr
SECRETAIRE ADJOINT	Sylvie SALLES	Tel.:06.21.23.45.31	mail: sylvieauge@sfr.fr
TRESORIERE	Stéphanie FAVOT	Tel.:06.26.75.84.67	mail: stef.favot@orange.fr
TRESORIER ADJOINT	Didier GUILLEY	Tel.:06.71.69.79.74	mail: sabydidou.famas@gmail.com
DIRECTEUR TECHNIQUE	Patrick PAULHAN	Tel.:06.64.24.39.10	mail:patrick.paulhan090@gmail.com
PROFESSEUR	Clément GURZONI	Tel.:06.88.45.89.85	mail: clementgurzoni@laposte.net

Le Judo, une inspiration de la nature

En observant les branches chargées de neige et voyant les plus grosses casser sous le poids de l'agresseur naturel et les plus souples s'en débarrasser en pliant, un moine japonais fit le constat suivant :

le souple peut vaincre le fort.

S'inspirant de cette observation et des techniques de combat des samourais, **Jigoro Kano** posa en 1882 les principes fondateurs d'une nouvelle discipline: le Judo, littéralement « voie de la souplesse ».



LES HORAIRES

DOJO GYMNASE BAYLE

INTERVENANT	JOUR	HORAIRES	ACTIVITE	CATEGORIE	ANNEES
PATRICK	LUNDI	17H30/18H30	JUDO	mini poussin	2008/2009
		18H30/19H30	JUDO	poussin/benj/minime	2002 à 2007
PATRICK/CLEMENT		19H45/21H	SELF DEFENSE		2004 et avant
CLEMENT	MERCREDI	14H/14H45	JUDO	éveil 1ère année	2011
		15H/15H45	JUDO	éveil 2ème année	2010
		16H/17H	JUDO	mini poussin/poussin 1	2007 à 2009
PATRICK		17H30/18H15	JUDO	mini poussin/poussin 1	2007 à 2009
		18H15/19H15	JUDO	poussin/benj/minime	2002 à 2007
		19H15/21H	JUDO	ados/adultes	2001 et avant
CLEMENT	JEUDI	19H45/21H	JUJITSU FIGHTING	à partir de minime 2	2002 et avant
PATRICK CLEMENT	VENDREDI	17H30/18H15	JUDO	éveil 1ère année	2011
		18H15/19H00	JUDO	éveil 2ème année	2010
		19H/19H45	KATAS/TAISO		1999 et avant
		19H45/21H15	JUDO	ados/adultes	2003 et avant

DOJO SALLE CEREZA

INTERVENANT	JOUR	HORAIRES	ACTIVITE	CATEGORIE	ANNEES
CLEMENT	MARDI	12H/13H	TAISO		1999 et avant
		17H30/18H30	JUJITSU enfant	pouss 2 à cadet 2	2000 à 2006
		18H30/19H30	JUDO COMPET	à partir de minime	2003 et avant
CLEMENT	JEUDI	12H/13H	BODY PUNCH		1999 et avant
		17H30/18H30	JUDO	mini poussin/poussin	2006 à 2009
		18H30/19H30	JUDO	poussin/benjamin	2004 à 2007

REGLES DE VIE AU DOJO

- 1- DOJO signifie lieu de sagesse.
- 2- Calme, concentration et silence doivent y régner, ce sont les facteurs essentiels pour un enseignement de qualité.
- 3- Ceux qui rentrent dans le Dojo pour pratiquer doivent abandonner tout type de préjugé à l'égard d'eux-mêmes et des autres, et laisser dehors toute préoccupation concernant la race, les conditions sociales et la religion.
- 4- Les adultes s'engagent à se changer dans les vestiaires et à porter des sandales ou des chaussons à chaque sortie de tatami.
- 5- **Les parents s'engagent à:**
 - Faire respecter le code sportif à son enfant.
 - Dans la mesure du possible, s'impliquer dans les activités du club qui est une association loi 1901, gérée par des parents bénévoles.
 - Se comporter avec discrétion et donc ne pas parler à haute voix aux abords du tatami, tenir calme les enfants qui ne participent pas aux cours et éteindre les portables (ou les mettre sur vibreur).
 - Enlever à son enfant: montre, colliers, boucles d'oreilles, gourmettes, bracelets, bagues et tout objet pouvant le blesser ou blesser les autres.
 - Changer son enfant dans les vestiaires prévus à cet effet et leur faire porter des chaussons ou sandales à chaque sortie de tatami.
 - A respecter les horaires de début des cours. Les judokas en retard sont tenus de se présenter au professeur en arrivant.
 - Les parents doivent récupérer les judokas dans le Dojo et non à l'extérieur.

Les tarifs (licence comprise (37€))

EVEIL JUDO 2010/2011	125 €
JUDO JEUNES 2004-2009	170 €
JUDO / JUJITSU 2003 et avant	180 €
REMISE EN FORME: TAISO / BODY PUNCH	150 €

2 inscriptions: - 10 € sur le total

3 inscriptions: - 20 € sur le total

Pour les nouveaux, une séance d'essai gratuite vous est offerte par le club (certificat médical obligatoire)

Les inscriptions

Seuls les dossiers complets seront acceptés.

Pièces à fournir obligatoirement pour les inscriptions :

*la fiche d'inscription remplie et signée

*la licence signée avec la mention « lu et approuvé »

*un certificat médical de non contre indication à la pratique de la discipline concernée (faire également signer le passeport)

*3 enveloppes timbrée à votre adresse

*1 photo d'identité

*le règlement de la cotisation (possibilité de payer en 3 fois par chèques uniquement)

*passeport disponible au prix de 8€ (valable 8 ans). Obligatoire pour les compétitions

A partir du lundi 19 octobre, les judokas n'ayant pas rendu leur dossier ne pourront pas monter sur le tatami. Le club serait responsable en cas d'accident, merci de votre compréhension.

S'inscrire implique automatiquement l'acceptation des règles de vie au Dojo (page 2).

Les compétitions

* Ne pas oublier son passeport (ou sa licence pour les plus petits).

* Vérifier que son kimono n'est pas trop court (surtout au niveau des manches).

* Pour les filles: t-shirt blanc sous le kimono. Pas de vernis sur les ongles.

* Enlever montre, collier, bracelet, boucles d'oreilles, ... (Tout ce qui pourrait causer des blessures)

<http://club.sportsregions.fr/kodokanpamiersjudo/>

LE CODE MORAL DU JUDO - JUJITSU



礼儀

La Politesse (rei-gi)
C'est le respect d'autrui



勇氣

Le Courage (son-kei)
C'est faire ce qui est juste



誠

La Sincérité (makato)
c'est s'exprimer sans déguiser sa pensée



名誉

L'Honneur (mei-yo)
C'est être fidèle à la parole donnée



謙虚

La Modestie (ken-kyo)
C'est parler de soi-même sans orgueil



敬尊

Le Respect (yu-ki)
sans respect aucune confiance ne peut naître



自制

Le Contrôle de soi (ji-sei)
C'est savoir se taire lorsque monte la colère



友情

L'Amitié (yû-jô)
C'est le plus pur des sentiments humains