

Le Judo Club Cambrai vous invite à sa compétition à but caritatif



Samedi 19 octobre 2024
à Proville
Complexe Alain COLAS



COMPETITION DE LOISIR MINIMES F et G (2011-2012)

Pesée : 8h00 à 8h30 – licence FFJDA et certificat médical à jour.

Compétition : 8h45 à 10h30 – Combats en poules – 10 surfaces.

ANIMATION Mini-Poussin(e)s (2017-2018) de 10h30 à 12h00

à partir de la ceinture blanche

Échauffement, travail par ateliers : techniques sol et Randori, techniques debout et Randori, Randori éducatif avec arbitrage par groupes morphologiques.

ANIMATION ÉVEIL Judo (2019-2020) de 13h30 à 14h30

à partir de la ceinture blanche

Cours de judo avec échauffement puis jeux éducatifs avec les ceintures noires.

ANIMATION Poussin(e)s (2015-2016)

Pesée de 13h30 à 14h30 – licence FFJDA et certificat médical à jour.

Compétition : 14h30 à 16h30 – Randori en poules – 10 surfaces.

COMPETITION DE LOISIR BENJAMIN(E)S (2013-2014)

Pesée : 15h00 à 16h00 – licence FFJDA et certificat médical à jour.

Compétition : 16h30 à 18h00 – Combats en poules – 10 surfaces.

Inscriptions sur place pour l'ensemble des animations et compétitions

Tous les judokas recevront une médaille des 4-5 ans aux Minimes.

Cette rencontre se déroule dans un esprit éducatif et amical.

Entrée : 1€ par judoka (ou plus selon votre choix), les clubs peuvent faire un don à l'ordre de la Ligue contre le cancer. Les dons seront intégralement versés à l'association.