

DECOUVRIR LE JUDO AUTREMENT

STAGE DE JUDO
SHIN GI TAI DOJO LISIEUX
RUE ROGER AINI, 14100 LISIEUX

15, 16 et 17
avril 2026

CATÉGORIES

benjamin
minime

cadet
junior

TARIFS

35€

EXPÉRIENCE UNIQUE

Viens découvrir les autres aspects du judo tels que l'arbitrage, le kata compétitif ou encore le ju-jitsu, à travers un stage club pour une immersion totale de 3 jours !

LE PLANNING

	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h-10h		Accueil – Échauffement	
10h-11h30	Kata sportif – pratique	Ne Waza	Ju-Jitsu
11h30-12h	Kata sportif – analyse		
12h-13h		Repas	
13h-13h30		Temps calme	
13h30 - 14h30	Arbitrage	Commissariat	Arbitrage ju-jitsu
14h30-16h	Kata Sportif – pratique	Kata Sportif – pratique	Tournois Ju-Jitsu / Ne Waza
16h-17h	Tournois Kata	Arbitrage / Commissariat – pratique	Mundo

Inscrivez-vous sur le site du club !

