

MODIFICATIONS DU COURS DU MERCREDI APRÈS-MIDI

Bonjour à tous

Toujours soucieux de proposer plus d'activités au sein de valechel judo, nous sommes heureux de nous présenter la nouvelle organisation du cours enfants du mercredi après-midi au dojo de Dignac.

Ce cours toujours animé par Sonia et Hélène durera une heure: de 13h30 à 14h30 au lieu de l'heure et demie habituelle.

Il sera dorénavant ouvert aux enfants à partir de 3 ans.

Le « baby judo » s'adresse aux enfants, dès 3 ans. Le cours dure environ 60 minutes. Il s'agit surtout d'une initiation où les tout-petits apprennent à se servir de leurs capacités motrices. Le professeur de judo leur enseigne principalement à gérer leur appréhension des chutes et, peu à peu, le contact avec les autres enfants du groupe.

Les judokas en herbe découvrent également les techniques de base. Elles font référence aux postures et figures qu'ils appréhenderont au fil du temps.

Un code moral est présenté aux enfants. Le respect de ce code est la condition première, la base même de la pratique du judo. C'est l'un des supports pédagogiques les plus importants. Les valeurs du judo sont enseignées et doivent être respectées par les jeunes judokas.

Côté équipement, un kimono vous sera demandé. Celui ci vous sera prêté le temps de 3 séances d'essai

Le judo est conseillé pour tous les enfants, sans restriction. Les personnalités des bambins peuvent d'ailleurs être amenées à évoluer sur le tapis. Des petits très timides au départ peuvent devenir beaucoup plus ouverts à force de côtoyer de nouveaux copains, lors d'exercices moteurs à réaliser en duo. D'autres bambins, plutôt remuants, peuvent, quant à eux, devenir plus doux et attentifs aux règles nécessaires pour accomplir une figure demandée.

Le tarif est fixé à 80 € sur la période de mars à juin 2020. Ce cours débutera le 11 mars 2020. Les enfants actuellement présents sur ce cours continueront bien sur sur ce créneau

Pour tout renseignement, rapprochez vous de Sonia, Hélène, Severine ou Eric...
ou sinon un seul numéro de téléphone: 0686139718