



Entraînement de Noël

Le Dojo Vitréen vous propose un entraînement
durant les vacances de Noël

Il s'agit de regrouper toutes des sections du Dojo Vitréen par tranche d'âge et de faire un entraînement ludique durant les vacances de Noël.

Comme pour la reprise, le Dojo Vitréen appliquera toutes les recommandations de la Fédération Française de Judo.

Programme :

Entraînement basé sur la motricité

Jeux ludiques avec distanciation des judokas

Partie technique en Tendoku renshu « travail sur place seul »

Remise de diplôme de Noël et Gouter de fin



Afin de limiter le nombre de personne sur le tatami, nous avons décidé de rassembler par catégorie d'âge.

Le Matin : début de l'entraînement à 10h – fin à 12h

Lundi 21 matin : les enfants nés en 2016

Mardi 22 matin : les enfants nés en 2015

Mercredi 23 matin : les enfants nés en 2014

L'après-midi : début de l'entraînement à 14h pour une fin à 16h

Lundi 21 après-midi : les enfants nés en 2013

Mardi 22 après-midi : les enfants nés en 2012

Mercredi 23 après-midi : les enfants nés en 2011



Afin de faciliter l'organisation nous demandons aux enfants de venir en judogi 5min avant le début de cours et aux parents de venir les chercher 15 min avant la fin.