

STAGE CULTURE JUDO

DIMANCHE 8 JANVIER 2023



PRÉPARATION AUX GRADES 3,4,5 et 6ème DAN

DE 10H à 12H et 13H30 à 17H

Au DOJO du CREPS de Bordeaux
653 Cours de la Libération
33400 TALENCE



Sous la direction du Vice Président Culture Judo:

Jean PARABOSCHI 6ème Dan

INTERVENANTS:

- Cathy ARNAUD 8ème Dan
- Jean Pascal BERNIOLLES 7ème Dan
- Erick DALLEZ 6ème Dan
- Thierry COLLIN 6ème Dan
- Bernard KHIDER 6ème Dan
- Guillaume SEVESTRE 6ème Dan

et les Hauts-Gradés présents.

Inscription via EXTRANET Fédéral
à partir du 1er Décembre 2022

REPAS POSSIBLE AU CREPS

TARIF : 12€

RÉSERVATION AVANT LE 15 DÉCEMBRE 2022

VIA LE LIEN SUIVANT :

[REPAS CREPS](#)



PROGRAMME

8h30 - 9h: Accueil des Hauts-Gradés

9h - 10h: Présentation des attentes du stage aux Hauts-Gradés

MATIN

9h30 - 10h: Accueil des stagiaires

10h : REISHIKI Cérémonie du salut)

10h - 12h: Ateliers KATA :

- KATAME NO KATA avec **Guillaume SEVESTRE**
- KODOKAN GOSHIN JITSU avec **Jean Pascal BERNIOLLES**
- KIME NO KATA avec **Jean PARABOSCHI**
- GO NO SEN avec **Cathy ARNAUD** et **Thierry COLLIN**
- JUNO KATA avec **Bernard KHIDER**
- KOSHIKI NO KATA avec **Erick DALLEZ**

APRÈS MIDI

13h30 - 16h30: Ateliers TECHNIQUES :

- TACHI WAZA sous la direction de :
Cathy ARNAUD, Bernard KHIDER et **Thierry COLLIN**
- NE WAZA sous la direction de :
Jean PARABOSCHI et **Erick DALLEZ**
- JU JITSU sous la direction de :
Jean Pascal BERNIOLLES et **Guillaume SEVESTRE**

**Les participants organisent leur travail en fonction de leurs besoins.
Les intervenants orienteront en fonction des attentes du grade présenté.**

16h30 - 17h : MONDÔ et SALUT