



Entraînements Clubs Ju Jitsu

2018/2019

Définition :

Dans la lignée du dispositif mis en place par le Comité JUDO 64, nous donnons la possibilité aux clubs d'organiser une ou plusieurs animations « Ju Jitsu », permettant aux pratiquants, quel que soit la catégorie d'âge, de participer à des animations ayant principalement une visée éducative.

Ces animations doivent se dérouler sur une soirée/ou un après midi (2h maxi).

L'objectif de ces rencontres est :

- ↳ Ouvrir le plus grand nombre sur « l'environnement Judo/Ju Jitsu ».
- ↳ Intéresser et fidéliser les pratiquants par un système d'animations évolutives.
- ↳ Participer à sa formation technique et faciliter son entrée future dans la compétition ou l'obtention de grades.
- ↳ Permettre à chacun de pouvoir s'exprimer en « technique » et/ou en « efficacité ».
- ↳ Faire participer pleinement tout le monde sans l'élimination précoce de certains.

Engagements :

↳ Les engagements se feront auprès du club organisateur par mail obligatoirement ou il sera stipulé les noms et prénoms de chaque participant (moyen de contrôler les licences pour le club organisateur).

Participants :

- ↳ Licenciés FFJDA

Le président du club organisateur aura la **responsabilité** de l'organisation (respect des directives fédérales).

L'enseignant du club organisateur aura la **responsabilité** des contenus et recommandations techniques et pédagogiques.

Contenu pédagogique :

- ↳ A définir par l'enseignant ou l'intervenant responsable de la séance

Thèmes proposés :

- | | |
|------------------------------------|---|
| - Self défense | - Attaques imposées (réponses libres ou imposées) |
| - Les atémis | - Les projections |
| - Le Ne Waza | - Les contrôles, clefs et étranglements |
| - L'expression technique | - Le combat |
| - L'arbitrage (Combat/Duo/Ne Waza) | - La partie jujitsu de l'UV2 |
| - ... | |

Les thèmes proposés sont assez larges et ouverts pour pouvoir englober différentes facettes du jujitsu dans une même séance, mais il est aussi possible de spécialiser une séance sur un sujet plus précis et plus spécifique.

Nous vous proposons pour cette saison de mettre en place un calendrier concernant les « Entraînements Clubs Ju Jitsu ».

Chaque club qui souhaite organiser et recevoir un regroupement sur une soirée est prié de nous donner une ou plusieurs dates de façon à ce que nous puissions diffuser un maximum l'information.