



# ESPACE NATIONAL DE FORMATION

**KATA et JUJITSU**

*Préparation aux Grades*

**21 AU 23 AVRIL 2017**

**CREPS DE REIMS**

**ROUTE DE BÉZANNES 51100 REIMS**

**LIGUE GRAND EST DE JUDO**

*ANTENNE DE METZ-12 ROUTE DE WOIPPY -57050 METZ*

*03.87.32.61.17. WWW.JUDOGRADEST.FR*

# PROGRAMME

JOURS	HORAIRES	ATELIERS KATA	ATELIERS JUJITSU
<b>21 avril 2017</b>	<b>19h00-21h30</b>	Juno Kata - Koshiki No Kata	
<b>22 avril 2017</b>	<b>9h00-12h00</b>	Nage No Kata (Série 1-2-3) - Goshin Jitsu (12 premières) Atelier préparation 5 <sup>ème</sup> et 6 <sup>ème</sup> Dan	Travail par ateliers à la demande sur les thèmes suivants : Préparation de l'UV2 option Jujitsu du 1 <sup>er</sup> au 3 <sup>ème</sup> dan
	<b>14h00-17h00</b>	Nage No Kata complet - Goshin Jitsu complet Atelier préparation 5 <sup>ème</sup> et 6 <sup>ème</sup> Dan	Préparation prestation jujitsu dans les grades supérieurs 4 <sup>ème</sup> – 5 <sup>ème</sup> – 6 <sup>ème</sup> Dan Préparation UV4 : 12 et 20 attaques/défenses
<b>23 avril 2017</b>	<b>9h00-12h00</b>	Katame No Kata - Kime No Kata - Go No Sen	Comment intégrer l'approche sportive du Jujitsu dans la préparation aux grades ? Comment préparer les jujitsuka à l'épreuve d'UV3 : procédés d'entraînement ?

**!** La ligue se réserve le droit d'annuler une thématique si le nombre de stagiaires est inférieur à 20 participants.

## ENCADREMENT

### ENCADREMENT NATIONAL KATA



Emmanuel  
GOUTORBE



Michèle  
LIONNET

### ENCADREMENT RÉGIONAL KATA



Jean-Marc  
BERTUZZI



Gabriel  
MONA



André  
PARENT



Philippe  
TABUTEAU

### ENCADREMENT NATIONAL JUJITSU



Eric  
HUMBERT

### ENCADREMENT RÉGIONAL JUJITSU



Delphine  
LARDY



Armenak  
MARDYROSYAN



Cyrille  
WAHRHEIT

**!** **INSCRIPTION** EXTRANET AVANT LE 19 AVRIL 2017