# NOS PARTENAIRES

Crédit Mutuel

Carrefour

panzeri veste lo sport

COLAS
WE OPEN THE WAY

Retrouvez nos partenaires en scannant le QRCode

# HAUT NIVEAU

INTERVENANT PONCTUEL
DANIEL FERNANDES (6ème DAN)
Vice Champion du Monde
5ème aux JO
Expert mondial
Entraîneur de l'Équipe de France de Judo

NICO KANNING,
Champion Allemand
Ancien sparring-partner de Teddy RINER
Entraîneur haut niveau

LUCIE LOUETTE,
Championne d'Europe
Vainqueur du Tournoi de Paris

GHISLAIN LEMAIRE,
- 3 fois Champion d'Europe par équipe
- 5 fois Champion de France 1ère division
- 3 fois 3ème aux Championnats du Monde par équipe
- 2 fois médaillé aux Championnats du Monde
- 4 fois médaillé aux Championnats d'Europe

**INSCRIPTIONS TOUTE L'ANNÉE**
Formulaire d'inscription à retirer sur place

# LES PROFESSEURS

**FRANCK LEFEBVRE**
- Professeur diplômé d'État
- Spécialiste éveil judo (baby judo)
- Champion de France 1ère division
- Classé en Grand Slam
- 5 fois médaillé aux Championnats de France

**BENJAMIN DARBELET**
- Professeur diplômé d'État
- Athlète olympique
- 2ème aux JO de Pékin 2008
- Champion d'Europe
- 5 fois Champion de France

**SEBASTIEN MARQUEZ**
- Professeur diplômé d'État
- Spécialiste du Judo enfant

**CHRISTOPHE GESBERT**
- Professeur diplômé d'État
- Préparateur physique
- Vice-Champion de France Vétérans 2023 et 2024
- 3ème Championnats de France Vétérans 2025
- 3ème Championnats d'Europe Vétérans 2023

**FRANÇOIS DEYDON**
- Professeur diplômé d'État
- Ceinture noire 4ème DAN
- Evaluateur Fédéral Katas

## COURS D'ESSAI GRATUIT

06.29.57.35.81
franck_lefebvre@hotmail.fr
Ecole de Judo Lefebvre & Darbelet
www.cjamm-judojujitsu.fr

柔道
ECOLES DE JUDO
LEFEBVRE & DARBELET
La Motte - Draguignan - Trans en Provence - Saint Raphaël - Montauroux - La Londe - Gassin - Le Lavandou - Bormes les Mimosas - Les Esterels

# JUDO CLUB DE LA DRACENIE

**POUR TOUS À PARTIR DE 3 ANS**

## DRAGUIGNAN

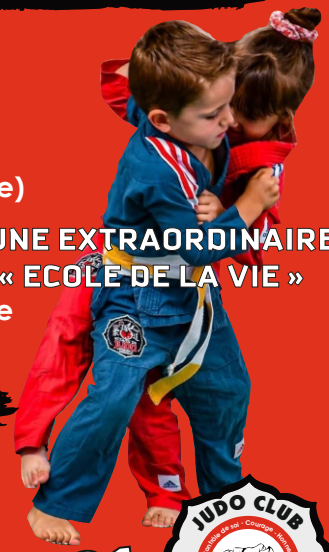
Club Léo Lagrange
Boulevard des fleurs
(A côté de la Gare Routière)

## LA MOTTE

Salle des sports de la Motte
Avenue Achille Rouvier

## TRANS-EN-PROVENCE

Dojo Trans-en-Provence
79, Chemin des Clausses
(Entrée école maternelle)



UNE EXTRAORDINAIRE « ECOLE DE LA VIE »

JUDO CLUB TRANS-EN-PROVENCE

**06.29.57.35.81**

**SÉANCES**
**LUNDI, MERCREDI, JEUDI ET SAMEDI**

**INSCRIPTIONS TOUTE L'ANNÉE**
Formulaire d'inscription à retirer sur place

# LA MOTTE
## SALLE DES SPORTS

### MERCREDI
17H30 À 18H15 : 3/5 ANS
18H15 À 19H15 : 6/11 ANS
19H15 À 20H15 : 12 ANS ET + (ADOS/ADULTES)

### SAMEDI
12H45 À 13H45 : 12 ANS ET + (ADOS/ADULTES)
13H45 À 14H30 : 3/5 ANS
14H30 À 15H30 : 6/11 ANS

**ADOS / ADULTES**

Activité sportive complète intégrant des techniques de plus en plus complexes.

Au sol on intègre les clefs de bras et les étranglements.

Développement physique, préparation à la compétition (tous niveaux), de nombreuses échéances officielles, tournois individuels et par équipe.

# TRANS-EN-PROVENCE
## DOJO TRANS-EN-PROVENCE
(Entrée école maternelle)

FRANCE JUDO
CLUB AFFILIÉ

### LUNDI
16H10 À 17H15 : Service garderie de 3/5 ans (sur inscription uniquement)
17H10 À 18H00 : 3/5 ANS
18H00 À 19H10 : 6/11 ANS
19H15 À 20H30 : 12 ANS ET + (ADOS/ADULTES)

### MERCREDI
10H00 À 10H45 : 3/5 ANS
10H45 À 12H00 : 6/11 ANS

### JEUDI
19H30 À 20H45 : 12 ANS ET + (ADOS/ADULTES)

# DRAGUIGNAN
## CLUB LÉO LAGRANGE

### MERCREDI (1)
13H45 À 14H45 : 6/8 ANS
14H45 À 15H45 : 9/11 ANS
15H45 À 16H45 : 12 ANS ET + (ADOS)
16H45 À 17H30 : 3/5 ANS (JUDO ÉVEIL)

(1) Possibilité de faire 2 ou 3 cours consécutifs en fonction du niveau et de la morphologie de l'enfant.

### JEUDI
17H15 À 18H00 : 3/5 ANS (JUDO ÉVEIL)
18H00 À 19H00 : 6/12 ANS ET +

## LES +
Possibilité de pratiquer sur les différents créneaux horaires de la tranche d'âge concernée ...

... **ET NOMBREUSES ANIMATIONS POUR LES ENFANTS TOUTE L'ANNÉE**

Stages pendant toutes les vacances scolaires, Tournois des Petits Samouraïs (compétitions entre nos 11 Ecoles de Judo et d'autres Clubs invités), spectacle de Noël, animation avec athlète de l'Equipe de France, passage de grades, gala de fin d'année, fête de fin de saison.

KIMONO ENFANT
**ADIDAS**
AVEC LOGO BRODÉ « ÉCOLES DE JUDO ... »

3 COULEURS UNIQUE EN FRANCE !

**MATERNELLES**

**ENSEIGNEMENT ADAPTÉ**

Activité ludique permettant d'amener à la pratique du judo, contribue à :

- Développer la motricité, l'équilibre et la latéralisation
- Apprendre à canaliser son énergie
- Prendre confiance en soi
- Favoriser la relation et l'entraide
- Découvrir les chutes avant et arrières, les déplacements et les premières techniques de judo

**PRIMAIRES**

En plus du travail effectué en maternelle l'enfant commence réellement à découvrir la pratique du Judo avec des techniques dans toutes les directions

Ainsi que les valeurs morales du Judo, telles que le respect, politesse, modestie, courage

Premières rencontres interclubs. Le Judo est un développement harmonieux entre le corps et l'esprit.

**Maternelles**
**- A partir de 3 ans**

**Primaires** 6 à 11 ans

**Ados, Adultes** 12 ans et +

www.cjamm-judojujitsu.fr

**INSCRIPTIONS TOUTE L'ANNÉE**

誠 SINCÉRITÉ · 敬尊 RESPECT · 友情 AMITIÉ · 自制 CONTRÔLE DE SOI · 勇気 COURAGE · 名誉 HONNEUR · 謙虚 MODESTIE · 礼儀 POLITESSE