



☎ 05 55 30 87 89 ☎ 09 70 62 02 85 @ [ligue@judolimousin.fr](mailto:ligue@judolimousin.fr) 🌐 [www.judolimousin.fr](http://www.judolimousin.fr)  
 ✉ Dojo Robert LECOMTE – 47, rue de l'ancienne école normale d'instituteurs 87000 LIMOGES

LIMOGES, le 21 juin 2013

Objet : stage national de rentrée.

A l'initiative de la Direction Technique Nationale de la FFJDA, la Ligue du LIMOUSIN accueillera une session du stage national de rentrée le samedi 14 et le dimanche 15 septembre 2013 au Dojo « Robert Lecomte » de LIMOGES – sortie 35 de l'A20 ☎ 47, rue de l'ancienne école normale d'instituteurs 87000 LIMOGES ☎ 05 55 30 85 33. *Inscription obligatoire par l'extranet FFJDA « enseignants » ou « dirigeants » selon la fonction exercée avec l'accès code club.*

Ce stage s'adresse aux enseignants et dirigeants associatifs licenciés FFJDA pour la saison en cours : professeurs BEES 1<sup>er</sup> ou 2<sup>ème</sup> degré, titulaires DEJEPS, DESJEPS et assistants professeurs CQP déclarés dans le contrat club FFJDA ; enseignants stagiaires en formation initiale ou continue, promotion CQP *Thierry FABRE* et filière fédérale AC, AS et CFEB inscrits à l'IRFEJJ ; dirigeants élus des clubs et des OTD et membres de commissions fédérales. Il sera encadré par un intervenant membre de la DTN, Yves DELVINGT, par le coordonnateur et les permanents ETR, et des formateurs régionaux de la Ligue. *Le contenu technique et pédagogique sera orienté sur les programmes d'enseignement, notamment pour la ceinture noire d'expression technique.*

Programme du stage de rentrée « LIMOUSIN » du samedi 14 septembre 2013 :

- de 09h00 à 09h30 : Accueil des participants et émargement.
  - de 09h30 à 10h30 : Judo et taïso pour personnes en situation de handicap ou en difficulté de pratique de l'activité.
  - de 10h30 à 12h00 : Jujitsu Self-défense à partir des 20 attaques et approche technique et pédagogique du jujitsu combat.
  - de 12h00 à 14h00 : Repas en commun – CHEOPS 87.
  - de 14h00 à 16h00 : NE WAZA mobilité, contrôle, enchaînement – application à partir de la liaison debout/sol.
  - de 16h00 à 17h00 : KATA et efficacité technique avec les 12 1<sup>ères</sup> techniques du GOSHIN JITSU.
  - de 17h00 à 18h00 : Informations fédérales et échanges – séance plénière enseignants et dirigeants.
- Programme spécifique dirigeants, de 14h00 à 17h00 : le projet de développement du club .*

Programme du stage de rentrée « LIMOUSIN » du dimanche 15 septembre 2013 :

- de 09h00 à 11h00 : NAGE WAZA transmission des fondamentaux techniques, travail sur les systèmes d'attaque et de défense, application à partir des procédés d'entraînement.
  - de 11h00 à 11h30 : ARBITRAGE nouvelles règles.
  - de 11h30 à 12h00 : Culture JUDO – créneau en commun, enseignants et dirigeants.
  - de 12h00 à 14h00 : Repas en commun – CHEOPS 87.
  - de 14h00 à 16h00 : KATA et efficacité technique, suite et fin du GOSHIN JITSU.
  - de 16h00 à 18h00 : Taïso, judo et jujitsu self-défense pour personnes en situation de handicap ou en difficulté de pratique, suite.
- Programme spécifique dirigeants, de 9h00 à 11h30 : les assurances.*

Sous réserve d'inscription préalable par extranet, l'ensemble du stage est pris en charge par la FFJDA ou par la Ligue. Les repas du midi sont pris en charge pour les stagiaires effectuant une journée complète. L'hébergement est pris en charge pour les stagiaires effectuant la totalité des 2 jours et résidant hors LIMOGES ou communes périphériques.

Michel DOUBLON – *Conseiller Technique Régional de Judo*

