



L'IPPON

www.ipponclubauby.fr

Septembre 2011

LE MOT DE LA PRESIDENTE



Bientôt la rentrée des classes, mais aussi la rentrée sportive pour le club. Cette année encore, nous vous accueillerons avec plaisir les lundis et mercredis et nouveauté le samedi matin. En effet, nous ouvrons une nouvelle section Taïso qui concerne tous ceux qui souhaitent avoir la forme ou la récupérer.

Au nom des Membres du Comité et des Enseignants, je vous invite à venir nous rejoindre, à venir essayer les différentes disciplines que nous proposons pour tous de 2ans àaucune limite.

Monique DEGUIN

LE JUDO POUR TOUS

Cours : le lundi et le mercredi

Les petits nés en 2006 et avant de 17h30 à 18h30 - **Les moyens** de 18h30 à 19h30 - **Les grands** de 19h30 à 21h Compétiteurs et non compétiteurs - **Eveil judo** enfants nés en 2007 le lundi de 17h30 à 18h30 - *Vous pouvez être licencié à la F.S.G.T. et à la F.F.J.D.A.*

☞ Stages avec participation financière du club

☞ Pour les compétiteurs, participation à des tournois internationaux, possibilité de s'entraîner gratuitement avec le même enseignant les mardis, vendredis et samedis dans d'autres clubs de l'arrondissement.

BILAN SPORTIF Saison 2010-2011

De nombreux médaillés dans les interclubs et tournois internationaux.

Championnats régionaux FSGT

3 champions ou championnes

4 vice-champions ou championnes

Championnat ou Coupe de France FSGT

3 médailles d'or

1 médaille de bronze

Championnat FFJDA

1 Médaille d'or au championnat départemental et 1 sélectionné pour la $\frac{1}{2}$ finale des championnats de France.



LES ENSEIGNANTS

Pascal CARTIER, diplômé d'état

Julie MOUQUET, diplômée fédérale FSGT.

Le TAÏSO pour tout public à partir de 14 ans

NOUVEAU !

Vous êtes débutant, sportif ou non sportif,
le Taïso est fait pour vous.

C'est une alternative aux nombreux sports de remise en forme.
Pratique gymnique douce héritée de l'Art Martial antique japonais.

Le samedi de 9h à 10h.



Sa pratique permet de bien préparer son corps, de garder la forme, d'améliorer sa condition physique et d'éliminer le stress. Son objectif est de permettre l'entretien et l'amélioration du potentiel de chaque pratiquant, en utilisant des exercices progressifs adaptés à l'âge et aux aptitudes de chacun et qui améliorent les systèmes cardio-vasculaire, respiratoire et neuro-musculaire, les qualités musculaires ainsi que les amplitudes articulaires.

☞ **Le Taïso est destiné à un large public visant notamment le développement de la santé de ses pratiquants de tout âge...**

☞ *Tarif : 55€/an pour la cotisation, la licence et le tee-shirt du club section taïso*

ACTIVITE PETITE ENFANCE : LES BOUT'CHOUX A partir de 2ans

Une activité spécifique avec une pédagogie adaptée aux tout-petits, animée par une enseignante maître-formateur en maternelle (en retraite).

Le mercredi de 16h15 à 17h15 : **Activités motrices**

Parcours de débrouillardise - Manipulation de petit matériel

☞ **En + Jeux d'opposition - Initiation au judo** pour les enfants nés en 2007: le lundi de 17h30 à 18h30 avec enseignant diplômé d'état.



INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS

Mercredi 7 septembre de 17h30 à 18h30 et lors des entraînements

Judo : Rentrée le lundi 12 septembre 2011

Bout'choux : Rentrée le mercredi 14 septembre 2011

Taïso : rentrée le samedi 17 septembre 2011

☞ **TARIFS DEGRESSIFS POUR LES FAMILLES** et nous acceptons les bons CAF, les coupons sport et les chèques vacances ANCV.

Complexe sportif Ladoumègue - Dojo Pierre Cucheval - rue J.B. Lebas - AUBY

Tous les renseignements sur le site : www.ipponclubaubuy.fr

**Bon d'essai gratuit
pour une semaine**

Judo - Bout'choux - Taïso