



« On ne juge pas un homme sur le nombre de fois qu'il tombe mais sur le nombre de fois qu'il se relève. »

Jigoro Kano



Politesse
Respect
Courage
Honneur



Contrôle de soi
Sincérité
Modestie
Amitié



Le Judo est une discipline Olympique depuis 1964 (Tokyo)

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

ECRIVEZ-NOUS AU
csmontoirin@gmail.com

SUIVEZ-NOUS SUR NOTRE SITE



<https://csmontoirinjudo.ffjudo.com>

ou

SUR NOS RESEAUX



NOS PARTENAIRES



IMPRIME PAR NOS SOINS



65, rue Jean Jaurès
44 550 Montoir-de-Bretagne

Dojo

Complexe Sportif Bonne Fontaine
9, Avenue de l'Île de France
44 550 Montoir-de-Bretagne



HISTOIRE DU JUDO

Le Judo (柔道) est un art martial et un sport de combat d'origine Japonaise.

Le Judo a été créé par Jigorō Kano en 1882.

La légende dit qu'il découvrit les principes du judo lors d'un hiver rigoureux, en remarquant que les branches du cerisier réagissaient différemment sous le poids de la neige abondante. Les plus grosses cassaient alors que les plus souples pliaient et se débarrassaient de « l'agresseur » (la neige) avec souplesse.

Le Judo se compose de techniques de projections, de contrôles au sol, d'étranglements et des clés articulaires.

Les pratiquants du Judo sont les Judokas. Ils exercent cet art martial dans le Dojo (道場) en portant des judogi (souvent appelé à tort kimono) de couleur blanche généralement, noué à l'aide d'une obi (帯) à la taille. Le judo se pratique pied nu sur les tatamis (畳) mais les judokas chaussent les zōri (草履) en paille de riz pour se déplacer hors de l'aire de combat.



Les cours sont assurés par des professeurs diplômés d'État :

Yann-Henri LAUDRIN – 5ème DAN

Jacky BOJU – 2ème DAN

CATÉGORIES D'ÂGES

Mini-École	2019 - 2020
Poussinets	2017 – 2018
Poussins	2015 – 2016
Benjamins	2013 – 2014
Minimes	2011 – 2012
Cadets	2008 – 2009 - 2010
Juniors	2005 – 2006 - 2007
Séniors - Vétérans	2004 et avant

HORAIRES DES COURS

Lundi	17h15 à 18h15 18h15 à 19h30	Poussinets Poussins
Mardi	18h00 à 19h30 19h30 à 20h15 19h30 à 21h30	Benjamins Taïso Adultes
Mercredi	15h30 à 16h30 16h30 à 17h45 17h45 à 19h00	Mini-École Poussinets Poussins
Vendredi	18h00 à 19h30 19h30 à 21h30	Benjamins Adultes



TARIFS 2024 - 2025

Judo Mini-École	100 €
Judo Enfants	130 €
Judo Adultes	160 €
Taïso	80 €
Passeport Judo	8 €

Une remise de 8€ est accordée à partir de la deuxième licence de la même famille/fratrie.

Chaque licencié est affilié la FFJDA et bénéficie de son assurance lors des entraînements ou des compétitions amicales ou officielles.