

La rentrée au judo club



La rentrée au judo club

Reprise des cours le vendredi 13 septembre, à 18 h pour les inscriptions et les premiers cours.

Rendez-vous à la salle polyvalente, à Miélan, dojo du club. Renseignements directement sur place.

Devenu sport olympique en 1964, le judo ne date pas d'hier, il a été fondé au Japon à la fin du 19ème siècle par Jigorō Kanō. Sa finalité : éduquer le corps et l'esprit en même temps, sans limite d'âge.

À la différence du karaté avec lequel on le confond parfois, le but du judo est de saisir le partenaire, de réussir à l'immobiliser sur le dos au sol en l'empêchant de se retourner sur le ventre, ou de le projeter sur le dos en le contrôlant tout en assurant sa sécurité.

Aucun coup n'est échangé, l'objectif n'est pas de faire mal.