Judo Club de L'Isle-Adam

Le Judo : Venez découvrir le judo qui est un sport ludique à la portée de tous. (Dès la moyenne et grande section maternelle). Le judo est l'un des sports les plus pratiqués en France.

Les éléments de base de notre éducation sont les mêmes qu'au sein de la famille : le respect des valeurs morales, le respect d'autrui et le respect des lieux.

Le judo est considéré comme un sport formateur par excellence pour sa détente, son équilibre et sa maîtrise de soi. Il permet aux timides de prendre de l'assurance, aux turbulents de se maîtriser.

Le Jujitsu Brésilien : Le jujitsu brésilien est un art martial brésilien dérivé du jujitsu japonais traditionnel (et qu'on connaît aujourd'hui sous le nom de judo) qui se pratique principalement au sol et dont le but est de soumettre l'adversaire par étranglement ou clé d'articulation. Les frappes (coups de pied, poing, coude, tête et genou) volontaires sont interdites dans la pratique officielle.

Coordonnées

Centre Sportif Amélie Mauresmo
1 allée du Docteur Jean Cailleux
95290
L'Isle-Adam
07 72 05 76 80
Liens utiles
www.judoclubadamois.com
Contact

Jean Claude Gobet, Président, jeanclaudegobet95@gmail.com