

L3 ENTRAINEMENT

SPECIALITE JUDO

Afin de vous aider dans votre formation, voici les prérogatives que vous sont demandées :

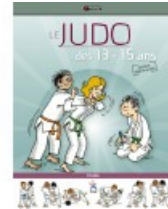
- Etre Ceinture Noire 2ème Dan ou en préparation de ce grade.
- Connaître la Nomenclature spécifique à l'Activité Judo.
- Avoir pris connaissance des Documents sur la pratique de l'Eveil Judo 4/5 ans



, du Judo des 6/8 ans



, du Judo des 13/15 ans



- Avoir pris connaissance du Livre d'Aurélien BROUSSAL  sur la préparation physique du Judoka.

- Connaître les règles d'arbitrage du Judo.

- Avoir pris connaissance de tous les cours mis en ligne sur Coursus.

Hervé GIANESELO
Responsable Spécialité Judo
UFR APS Rennes 2