



## Calendrier Annuel JUDO Enfants, ados et adultes



SEMAINES	CYCLE π (04/09 - 20/10)	CYCLE ω (06/11 - 22/12)	CYCLE ω (08/01 - 16/02)	CYCLE σ (04/03 - 12/04)	CYCLE Δ (29/04 - 28/06)
S1	INITIATION	KUMI-KATA	EXPLOSIVITÉ & RENFORCEMENT	OSEAKOMI-WAZA	JUJITSU
S2	CHUTES	ENCHAINEMENTS	SCHÉMA-TACTIQUE	RETOURNEMENT & SORTIE	KODOKAN
S3	NE-WAZA	CONTRES/ESQUIVES	KANTSESU & SHIME - WAZA	TE-WAZA	UV1 & UV2
S4	DÉPLACEMENT & DÉSÉQUILIBRE	RANDORI	SUTEMI & MAKIKOMI-WAZA	ASHI-WAZA	UV1 & UV2
S5	DÉPLACEMENT & DÉSÉQUILIBRE	RANDORI	KOSHI-WAZA	KOSHI-WAZA	RÉVISIONS
S6	LES AXES	LIAISON DEBOUT/SOL	KUMI-KATA	TACHI-WAZA & NE-WAZA	RÉVISIONS
S7	PROJECTION AXES	SCHÉMA-TACTIQUE			PASSAGE DE GRADE
S8					PASSAGE DE GRADE
S9					JEUX & SOUPLESSE
INFOS	Notation UC1 et UC2	Notation UC3	Notation UC 4 & 5	Notation UC6	Notation UC7

Planning de judo, jujitsu d'IZON BUDOKAN pour les séances des enfants 6/14 ans, adolescents et des adultes durant la saison sportive 2024/2025. Ce planning est indicatif prenant en compte les compétitions, les évènements particulier (stage, passe de grade, évaluation) ainsi que des attentes individuelles des licenciés.