



1^{ER} REGROUPEMENT JUDO FÉMININ

ORGANISÉ PAR LE COMITÉ DE GIRONDE



19 AVRIL 2026



COMPLEXE SPORTIF
32 Rue Georges Portmann
33560 Sainte-Eulalie



ACCUEIL : 9h45



REGROUPEMENT : 10h – 12h

OBJECTIF



CRÉER UN RÉSEAU
DE **FEMMES**
PRATIQUANT
LE JUDO



PRATIQUER
ENSEMBLE



BONUS : TROUVER
UNE **PARTENAIRE**
POUR PASSER
UN GRADE



AU PROGRAMME



ENTRAÎNEMENT TECHNIQUE
TOURNÉ SUR LA **CONSTRUCTION**
DE SON **SYSTÈME D'ATTAQUE**



KAKARI GEIKO



YAKU SOKU GEIKO

ADAPTÉ À TOUTES
DE LA CEINTURE JAUNE
À LA CEINTURE NOIRE
À PARTIR DE MINIME

