

Comité du Val d'Oise de Judo
1, rue Alexandre Dumas
B.P. 20115
95224 HERBLAY Cedex
☎ 01.34.50.13.13.
Fax. 01.39.97.98.49.
e.mail : comitejudo95@orange.fr
Internet : <http://comite95judo.com>

Culture Judo du Val d'Oise

柔道

Circulaire N° 035/17/18

Herblay, le 30 novembre 2017

KANGEIKO (Entraînement hivernal)

**Le samedi 23 décembre 2017
De 6h00 à 7h15**

Lieu : ASL JUDO LUZARCHES
17 c av de la libération
95270 Luzarches

Le KANGEIKO. Il s'agit de pratiquer le judo très tôt le matin, en toute convivialité, pour bien démarrer la journée, dans le but de favoriser la ténacité mentale.

Les participants devront être licenciés pour la saison 2017 - 2018 et titulaire de leur certificat médical.

Le cours sera dirigé par Yannick Bazatte et Jean-Pierre Sarie.

Cet entraînement est ouvert aux élèves à partir de minimes.

Raymond DORGAL
Jean-Pierre SARIE
Comité directeur

Yannick BAZATTE
Professeur de
l'A.S. Luzarches Judo

Georges ABBOU
Président
du Comité du Val d'Oise