

## Le Judo Club Fayacain vous propose deux disciplines au sein du club

- **Judo** : Sport de combat consistant à déséquilibrer en souplesse son adversaire, dès 3 ans.
- **Taïso** : Discipline associée, renforcement musculaire, dès 15 ans.

### Deux professeurs de judo assurent les cours



Joseph PIEL, 5ème DAN  
Titulaire d'un DESJEPS<sub>1</sub>



Constant MARIE, 3ème DAN  
Titulaire d'un BPJEPS<sub>2</sub>



Nicolas MARIE  
Président du Club

<sup>1</sup> Diplôme d'Etat Supérieur de la Jeunesse de l'Education Populaire et du Sport

<sup>2</sup> Brevet Professionnel de la Jeunesse de l'Education Populaire et du Sport

### Dojo A : Saint Honorine du Fay - Salle de judo

#### Mercredi (Avec Joseph)

14h00 - 15h15 : Judo enfants nés en 2015 et 2016  
15h15 - 16h15 : Judo enfants nés en 2017  
16h15 - 17h15 : Judo enfants nés en 2018  
17h15 - 18h00 : Eveil judo enfants nés de 2019 à 2021  
18h00 - 19h15 : Judo enfants nés de 2012 à 2014  
19h15 - 20h45 : Judo ados/adultes à partir de 2011  
20h45 - 22h00 : Taïso ado/adultes

#### Vendredi (Avec Joseph)

17h00 - 18h00 : Judo enfants nés de 2015 à 2018  
18h00 - 19h15 : Judo enfants nés de 2012 à 2014  
19h15 - 21h00 : Judo ado/adultes à partir de 2011  
21h00 - 22h00 : Kata / UV Techniques

### Dojo B : Fontaine Etoupefour - Gymnase Intercommunal

#### Mardi (Avec Joseph)

17h15 - 18h00 : Eveil judo enfants nés de 2019 à 2021  
18h00 - 19h15 : Judo enfants nés de 2012 à 2014  
19h15 - 21h00 : Judo ado/adultes à partir de 2011

#### Mercredi (Avec Constant)

16h45 - 17h45 : Judo enfants nés en 2017 et 2018  
17h45 - 19h00 : Judo enfants nés en 2015 et 2016

#### Samedi (Avec Constant)

10h00 - 11h15 : Judo enfants nés de 2014 à 2018  
11h15 - 12h30 : Taïso ado/adultes

### Dojo C : Feuguerolles Bully - Gymnase Roger MONTIGNY

#### Lundi (Avec Constant)

17h00 - 17h45 : Eveil judo enfants nés de 2019 à 2021  
17h45 - 18h45 : Judo enfants nés en 2017 et 2018  
18h45 - 19h45 : Judo enfants nés de 2014 à 2016  
19h45 - 21h00 : Taïso ado/adultes

### Dojo D : Louvigny - Complexe Yannick Noah

#### Mercredi (Avec Constant)

14h00 - 15h00 : Judo enfants nés de 2014 à 2018  
15h00 - 15h45 : Eveil judo enfants nés de 2019 à 2021

### Dojo E : Bretteville sur Odon—Allée du Stade

#### Mardi (Avec Constant)

17h45 - 18h30 : Eveil Judo enfants nés de 2019 à 2021  
18h30 - 19h30 : Judo enfants nés en 2013 à 2018  
19h30 - 20h45 : Taïso ado/adultes

