



COMITE DÉPARTEMENTAL DE JUDO DU HAUT RHIN

Judo, Jujitsu, Kendo et disciplines associées - Ligue Grand Est

3, Rue de Thann – 68200 MULHOUSE

✉ cd68judo@wanadoo.fr

☎ 03.89.43.74.23

<http://www.cdjudo68.com>



Ju-Jitsu – Compte-rendu d'activité
Uffholtz, le 27 mai 2024.

COMPTE-RENDU D'ACTIVITÉS

Olympiade 2020 / 2024

Saison 2023/2024

Principales activités : Regroupement du 1^{er} jeudi du mois au CRSA

- Intervenants : Pascal Duffner et Bernard Burgunder
- Contenu général des séances :
 - ✓ 30 mn de mise entrain commun avec exercice spécifique : atemi, travail de posture, éducatif, uchi komi, différente méthode d'entraînement : **travail préparatoire aux kata et UV2.**
 - ✓ 1h30 mn de travail à la carte, répartition : un tapis Kata , un autre UV2.
- Fréquentation moyenne : 25 pratiquants.
- **Un très bon taux de réussite** aux différentes épreuves kata et UV2.

Une partie de la formation pour les futurs enseignants a également été assuré par la commission :

- **Socle jujitsu** sur deux jours à Thann
- Self défense avec sa règlementation
- Jujitsu combat avec arbitrage différentes séquences du combat etc ...
- Jujitsu « traditionnel » pour UV2

Les regroupements mensuel Ne Waza à Pfastatt avec José Almouzni ont une bonne fréquentation.

Merci à José pour la mise à disposition du dojo et pour la qualité de l'accueil.

Nous avons préparé avec Harry Herbaut une compétition (Open Alsace) jujitsu combat et Ne waza (brésilien) au CRSA qui a été annulé (engagement financier trop important par rapport aux nombre de combattants)

Bernard BURGUNDER
Responsable Commission
Ju-Jitsu du CD68 Judo