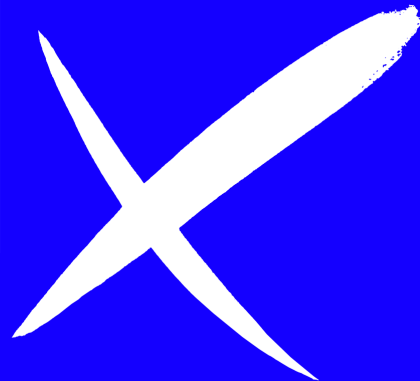


2024 2025

E
J
V
U
R
D
E
O
U
X



Le Judo à Évreux, c'est une grande famille. Avec des enfants, des jeunes, des adultes, des vétérans, des femmes, des hommes, des compétiteurs, des pratiquants de judo loisirs, de Ju-Jitsu traditionnel ou Brésilien, de Taïso... chacun y trouve son intérêt !

Dès 3 ans, nos petits judokas apprennent les chutes et les techniques mais aussi les valeurs du Judo et les règles fondamentales de la vie en société. Nos quartiers sont riches de familles issues de nombreuses origines, **le tatami est un bon endroit pour apprendre à vivre ensemble... et à gagner ensemble !**



- **4 dojos, 600 licenciés**, 40 ceintures noires.
- Plus de 50 ans d'enseignement et de formation de nombreux champions.
- Des groupes compétiteurs motivés pour chaque âge avec des classements réguliers aux championnats nationaux, des groupes adultes dynamiques, des entraînements au Pôle France de Rouen tous les jeudis soirs.
- 30 élèves judokas formés aux Pôle Espoir et Pôle France en 15 ans.
- Un club adapté à tous : débutants ou confirmés, compétiteurs ou pratiquants en judo loisir.
- Des cours de Taïso (remise en forme), de Jujitsu traditionnel ou Brésilien, de Ne Waza, de Katas.
- **NOUVEAU !** Un cours de judo adapté pour les adultes en situation de handicap.
- Des animations hors dojo : stages judo à l'étranger, sorties en bus, fête du club...
- Club affilié à la Fédération Française de Judo.

		LUNDI				
Catégorie	Année de naissance	Navarre	Nétreville	La Madeleine	Saint Michel	Navarre
Eveil Judo	2019/2020 2021			17h45 18h30		17h30 18h15
Pré-poussin	2017/2018					18h15 19h15
Poussin	2015/2016		17h00 18h00	18h30 19h30		
Benjamin	2013/2014					19h15 20h15
Minime	2011/2012			20h30 21h30 Débutant		
Adulte Judo	2010 +					
Adulte Taïso			18h00 18h45	19h30 20h30		20h15 21h15

		JEUDI				
Catégorie	Année de naissance	Navarre	Nétreville	La Madeleine	Saint Michel	Navarre
Eveil Judo	2019/2020 2021	17h30 18h15		17h00 17h45		
Pré-poussin	2017/2018	18h15 19h15		17h45 18h45		
Poussin	2015/2016					
Benjamin	2013/2014	19h15 20h15		18h45 19h45		
Minime	2011/2012		20h00 21h30	19h00. 21h00 Pôle France		
Adulte Judo	2010 +					
Adulte Taïso		20h15 21h15		12h15 13h15		
Judo adapté				10h30 11h30		

MARDI			MERCREDI			
Nétreville	La Madeleine	Saint Michel	Navarre	Nétreville	La Madeleine	Saint Michel
17h00 17h45		17h45 18h30			17h15 18h00	16h45 17h30
17h45 18h45	17h45 18h45	18h30 19h30			16h15 17h15	17h30 18h30
					15h15 16h15 18h00 19h00	
	18h45 19h45					18h30 20h00
18h45 20h15 +Jujitsu	19h45 21h45	20h30 21h30			20h00 21h00 Kata	20h00 21h30
		19h30 20h30			19h00 20h00	

VENDREDI		
Nétreville	La Madeleine	Saint Michel
17h00 18h00	17h45 18h45	17h00 18h00
18h00 19h00	18h45 19h45	18h00 19h00
	19h45 21h45	20h00 21h00
		19h00 20h00

SAMEDI		
Catégorie	Année de naissance	Saint Michel
Jujitsu traditionnel	à partir de 2014	14h00 15h30
Jujitsu brésilien		15h30 17h00



8 COURS DE TAÏSO CHAQUE SEMAINE

Le Taïso est une nouvelle discipline de préparation physique qui se pratique en t-shirt et en bas de jogging et se déroule sur le tatami. Tout le corps travaille, le musculaire mais aussi le cardio. Femmes, hommes, enfants, séniors... chacun à son rythme selon sa progression personnelle. Objectifs : muscles toniques, endurance, mobilité, coordination...



LE JU-JITSU ENSEIGNÉ PAR UN SPÉCIALISTE

Mêlant à la fois des techniques de Self-Défence et de Judo, cet «art de la souplesse» à l'origine du Judo, fait appel à un engagement du corps et de l'esprit. Fabien David enseignant à Évreux Judo est reconnu régionalement pour son expertise en Ju-Jitsu.



LE JUDO, LE MEILLEUR SPORT POUR LES JEUNES DE 4 À 21 ANS

En 2016, l'UNESCO a déclaré le Judo comme meilleur sport pour former les enfants et les jeunes jusqu'à 21 ans.

Développement
Souplesse
 RESPECT Discipline
 Équilibre
 Maîtrise soi
Force
 Réflexes
 Confiance
JUDO
 personnalité
 Résistance
 Concentration
Rapidité
 Coordination



8 PROFESSEURS DIPLÔMÉS

Léandre LACHEVRE (professeur référent)
Mateus NGINAMAU
Fabien DAVID
Fabien BERRA
Rémi VERNAZ
Jacques SERIN
Louis LECOQ
Thibaut LEMOINE

1 AN DE JUDO / JU-JITSU / TAÏSO COMBIEN ÇA COÛTE ?

- Éveil Judo (2019 / 2020 / 2021) : 120 €*
- Enfants nés avant 2019 et adultes : 165 €*
- Taïso (remise en forme) : 165 €*

Aides financières cumulables possibles :

*Passeport Temps Libre (PTL) : selon votre quotient familial

*Pass'Sport : 50 € pour les enfants de 6 à 18 ans

*Atouts Normandie : remise offerte aux lycéens

*Remise famille à partir de 2 licenciés

Possibilité de paiement échelonné.

Réglement : chèque, espèces, virement,
chèque-vacances, carte bancaire via l'appli MonClub.

*Licence et assurance FFJDA 41€ incluses

4 DOJOS AU COEUR DES QUARTIERS

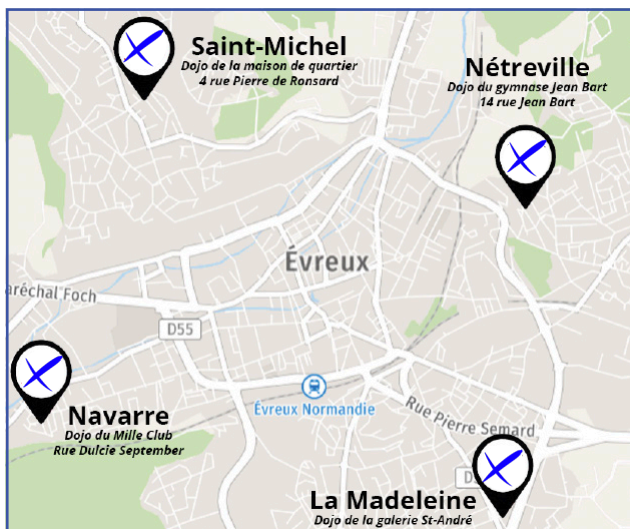


Photo de couverture : Isabelle GEIGER - Ne pas jeter sur la voie publique

PLUS D'INFO ?

06 34 37 00 60

bienvenue@evreuxjudo.fr

www.evreuxjudo.fr



E
J
V
U
R
D
E
O
U
X

