



La gazette

Baptiste RABECQ,
Ceinture noire



Une ceinture noire, cela ne s'obtient pas tous les jours, par conséquent nous ne pouvions pas passer sous silence l'obtention récente par Baptiste de sa ceinture noire, et surtout lui adresser nos sincères félicitations.

Baptiste a commencé le judo à l'âge de 5 ans au club de Treillières. Il aime le sport, mais prend plaisir aussi à retrouver chaque semaine ses amis avec lesquels il s'entraîne depuis plusieurs années.

Outre d'excellents résultats sportifs (2016 – qualification pour les 1/2 finale des championnats de France Cadet – 2018 – qualification pour les 1/2 finale des Championnats de France Junior), Baptiste est toujours présent pour donner un coup de main lors des manifestations organisées par le CJET. Merci pour tout et encore bravo.

SAMEDI 23 JUIN 2018 A 18H
SALLE SIMONE DE BEAUVOIR

ASSEMBLEE GENERALE DE L'ASSOCIATION

PROGRAMME :

- RAPPORT D'ACTIVITES 2017/2018 ET PROJETS A VENIR
- RAPPORT FINANCIER 2017
- REMISE DES CEINTURES AUX ENFANTS DE 4 et 5 ANS (cours Jean CABARET)
- REMISE OFFICIELLE CEINTURES NOIRES par Sandrine MABIT

L'Assemblée Générale se clôturera autour d'un apéritif dînatoire « japonais » offert par l'association.

Nous vous remercions de bien vouloir nous indiquer au plus tard **samedi 9 juin** si vous souhaitez participer à l'AG et à l'apéritif dînatoire qui suivra. Des panneaux d'inscription sont à votre disposition dans le dojo.

PRE INSCRIPTION SAISON 2018/2019

Afin de pouvoir être sûr d'avoir de la place pour la saison 2018/2019, des journées de pré inscriptions se dérouleront aux dates suivantes au dojo :

- Lundi 18 juin 2018 de 18h à 19h30
- Mercredi 20 juin 2018 de 18h à 19h30
- Jeudi 21 juin 2018 de 18h à 20h

Pour les pièces à remettre voir site internet = <http://capjudoespoir.weebly.com/>

UNE NOUVELLE ACTIVITE POUR LA SAISON 2018 /2019

« TAÏSO- SELF DEFENSE »

A compter de septembre 2018, le C'JET vous proposera des cours de « Taïso-Self Défense ». Venez nombreux découvrir cette activité.

SELF DEFENSE : La pratique de la Self Défense permet de faire face à une agression physique. Dans un premier temps : apprendre la gestion de la peur, puis connaître et maîtriser des techniques dans le but de faire cesser l'agression.

TAÏSO : Activité physique qui s'adresse à un public sans limite d'âge. Alternative ludique aux nombreux sports de remise en forme. Les exercices très variés du Taïso vous permettront un entretien cardio-respiratoire, un renforcement musculaire et une amélioration des capacités psychomotrices. Assouplissements et relaxation font également partie de cette discipline.

Cours mêlant les deux pratiques qui vous seront enseignées en forme « loisirs » dans notre club par un professeur diplômé d'état.

