



## COMITÉ DU FINISTÈRE DE JUDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES



**Siège social** : Maison des Sports – 4 rue Anne Robert Jacques Turgot – 29000 QUIMPER  
**SIRET** : 447 718 677 000 43 – **APE** : 9312Z

### STAGE DE PERFECTIONNEMENT SPORTIF des FEMININES

*Samedi 9 Novembre 2019*

*Salle de Kerlois impasse Frégate la Découverte*

*29850 GOUESNOU*

**Horaire** : de 16h à 18h

**Ouvert à partir de Benjamines**  
**(nées en 2008-2009)**

***Programme :***

**15h30** : accueil

**16h** : entraînement commun

*Sur le thème de mise à distance et  
déséquilibre sur un tokui-waza*

*Uchi-komi*

*Randori*

**18h** : clôture du stage

**Intervenante** : Morgane DOURMAP

*Entraînement ouvert aux professeur.es !*

**INSCRIPTIONS SUR L'EXTRANET FEDERAL**

*La commission féminine*