



APPROVED

## MODULE FSJ 1 JU-JUTSU Préparation aux examens dan

<b>Date :</b>	Samedi 23 mars 2024
<b>Lieu :</b>	Dojo Bushido Club Versoix Genève Groupe scolaire Ami-Argand Chemin Ami-Argand 40 – 1290 Versoix
<b>Horaire :</b>	09h00 – 17h30
<b>Programme :</b>	Les participants ont une idée claire du déroulement de l'examen dan ju-jutsu et connaissent les critères de jugement. Le module 1 est obligatoire pour les candidats aux examens du 1 <sup>er</sup> dan ju-jutsu. Toutefois, le module est également disponible et vivement recommandé pour la préparation d'autres examens dan ju-jutsu. Voir les détails en annexe
<b>Direction :</b>	Denis Guélat, 7 <sup>ème</sup> dan, professeur de ju-jutsu avec brevet fédéral, expert dan ju-jutsu et Karine Stauffer Imboden, 5 <sup>ème</sup> dan, professeure diplômée de ju-jutsu. experte dan ju-jutsu
<b>Conditions d'admission :</b>	Ju-jutsuka à partir du 2 <sup>ème</sup> kyu, avec passeport FSJ et licence annuelle 2024
<b>Coût :</b>	CHF 80.- (Inscription après le délai : CHF 120.-) Paiement sur place Gratuit pour les entraîneurs des candidats participant au module et aux professeurs Ju-jutsu/Judo avec brevet fédéral, ainsi que les experts dan.
<b>Inscriptions :</b>	Directement sur l'agenda du site internet FSJ, jusqu'au 12 mars 2024 au plus tard.
<b>Assurance :</b>	Est à la charge de chaque participant
<b>Repas de midi :</b>	Possibilité de prendre un repas un commun (restaurant à proximité)
<b>Renseignements :</b>	Denis Guélat : <a href="mailto:clan.guelat@wanadoo.fr">clan.guelat@wanadoo.fr</a>



| **APPROVED**

## **MODULE FSJ 1 JU-JUTSU**

### **Programme général de la journée**

<b>08h15</b>	<b>Accueil des participants</b>
<b>09h00</b>	<b>Bienvenue, buts, déroulement</b>
<b>09h15</b>	<b>Travail de groupe et théorie</b>
<b>09h45</b>	<b>Principes des techniques de base du ju-jutsu</b>
<b>11h15</b>	<b>Parties techniques de l'examen</b>
<b>12h30</b>	<b>Repas de midi</b>
<b>14h00</b>	<b>Théorie (formalités d'inscription, parties d'examen, questions de théorie)</b>
<b>15h00</b>	<b>Kata (application des critères d'évaluation)</b>
<b>16h15</b>	<b>Parties techniques de l'examen (application des critères d'évaluation)</b>
<b>17h00</b>	<b>Questions, discussion, évaluation</b>
<b>17h30</b>	<b>Fin du module</b>

Le programme horaire ci-dessus peut être adapté selon les besoins de la journée.