



## COMITE DEPARTEMENTAL DE JUDO DU HAUT RHIN

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

Secrétariat  
3, rue de Thann – 68200 MULHOUSE  
✉ cd68judo@wanadoo.fr  
☎ 03 89 43 74 23  
<http://www.cd68judo.fr>

### Rapport activité Jujitsu 2017 / 2018

**A** : Tous les premiers jeudi du mois : **CPS jujitsu** : Echauffement en commun avec travail des bases : atemi, posture, mobilité au sol, uchi-komi judo, méthode d'entraînement, etc... (Échauffement différent à chaque séance)

Puis séance à thème (bâtons, attaques AR, jujitsu combat, méthode d'entraînement, techniques spécifiques, etc...), ou travail à la carte : UV **Judo Jujitsu**, kata, 20 imposés, et surtout cette saison, travail sur attendu de la nouvelle ceinture noire, notamment sur les techniques de défense.

Une moyenne de 25 participants, issus de 14 clubs différents, avec un max à 46 et mini à 22.

Très bonne progression des pratiquants.

Bonne réussite lors des passages de grades, notamment Sandrine BRUGGER qui a réussi le 5ème Dan.

Bonne réussite également pour les CQP : Sandrine, Adrien.

Encadré par Pascal DUFFNER et Bernard BURGUNDER.

**B** : Soirée Ne Waza à Pfastatt une fois par mois encadré par Josée ALMOUZNI

Une vingtaine de participants.

**C** : CPS décentralisé dans les clubs, Masevaux, Thann, Ensisheim.

Intervenants Harry HERBAUT, José ALMOUZNI, Bernard BURGUNDER.

Une vingtaine de participants.

**D** : Découverte Jujitsu pour les benjamin(e)s – minimes, lors tours de sélection district (3 vallées).

**E** : Grosse nouveauté cette saison, accueil à Mulhouse du tournoi « OPEN » Jujitsu du Grand Est, à la fois en jujitsu combat et ne-waza. Belle participation en nombre et qualité (voir site internet régional : [www.judograndest.fr](http://www.judograndest.fr)).

Bernard BURGUNDER.



Conseil départemental



Haut-Rhin



[www.creditmutuel.fr](http://www.creditmutuel.fr)



MINISTÈRE DES SPORTS  
DE LA JEUNESSE  
ET DE LA VIE ASSOCIATIVE

CNDS  
CENTRE NATIONAL  
POUR LE  
DEVELOPPEMENT  
DU SPORT