

Développement personnel

- Nos athlètes s'engagent dans la recherche de la performance au travers d'entraînements de hautes intensités.
- L'exigence des entraînements permet de renforcer les compétences des athlètes en se préparant à la réalisation de performance de premier plan.
- La mise en application d'un judo performatif est réalisé au travers d'exercices spécifiques.
- L'engagement physique et mental sont pratiqués dans des phases intensives.

Compétition

- La préparation à la compétition et ses exigences particulières sont au cœur des entraînements.
- Les analyses technico-tactiques sont développées en adéquation des buts recherchés par la compétition.

