National Judo & Ju-Jitsu

Education Days 2023

SJV
FSJ

Accueil des participants à partir de 9h30
Ouverture du Education Day à partir de 10h00
Fin prévisionnelle : 17h00
Possibilité de repas sur place

Public : ouvert à tous les membres de la FSJ à partir de 11 ans

Au programme : ateliers judo, ju-jitsu pour différents niveaux de pratique, randoris en commun, atelier de calligraphie et découverte du Taïko

Sporthalle Wankdorf,
Papiermühlestrasse 91
3014 Bern, Suisse

Inscription obligatoire via l'agenda de la FSJ
ou sur JudoManager

www.swissjudo.ch | Contact: office@sjv.ch

National Judo & Ju-Jitsu

Education Days 2023

SJV
FSJ

Empfang ab 09:30 Uhr
Eröffnung des Education Days: 10:00 Uhr
Voraussichtliches Ende: 17:00 Uhr
Essensmöglichkeit vor Ort

Zielgruppe: Offen für alle SJV-Mitglieder ab 11 Jahren.

Auf dem Programm stehen Judo- und Ju-Jitsu-Workshops für alle Level, Randoris, ein Kalligraphie-Workshop und die Entdeckung des Taïko.

Sporthalle Wankdorf,
Papiermühlestrasse 91
3014 Bern, Suisse

Anmeldung obligatorsch über die SJV Agenda oder JudoManager

www.swissjudo.ch | Contact: office@sjv.ch

National Education Judo & JJ Day ~ 17/06/2023

Schweizerischer Judo & Ju-Jitsu Verband
Fédération Suisse de Judo & Ju-Jitsu
Federazione Svizzera di Judo & Ju-Jitsu

A partir de/ab 9:00	**Accueil des participants et contrôle administratif (licence FSJ) / Empfang der Teilnehmer/innen und administrative Kontrolle (SJV-Lizenz)**
9:30 - 9:45	**Ouverture officielle du National Education Judo & Ju-Jitsu Day 2023 / Offizielle Eröffnung des National Education Judo & Ju-Jitsu Day 2023**

Tapis/Matte	**09:45 - 11:00**	**11:15 - 12:30**	**14:45 - 16:00**	**16:15 - 17:30**	
Judo Enfants / Kinder	**Désirée Gabriel**	**Mikami Kazuhiro**	**Céline Flury**	**François Carrel**	**Intervenant(e) principal(e) / Referent/in**
	Alexis Landais	*Charly Nusbaumer*	*Norbert Vetterli*	*Andréas Santschi*	*En soutien / zur Unterstützung*
Thème/Thema	*De O-goshi à Harai-goshi* *Von O-goshi zu Harai-goshi*	*Travail autour d'O-soto-gari* *Verschiedene Varianten um den O-Soto-Gari*	*Travail sur les balayages* *Verschiedene Varianten von Fussfeger*	*Jeux de retournement et techniques simples d'entrée en immobilisation* *Umdrehspiele und einfache Festhalte-Techniken*	

Tapis/Matte	**09:45 - 11:00**	**11:15 - 12:30**	**14:45 - 16:00**	**16:15 - 17:30**	
Judo "Loisir"/"Freizeit" Jeunes & Adultes / Jugendliche & Erwachsene	**Charly Nusbaumer**	**Bruno Tsafack**	**Hiroshi Katanishi**	**Darcel Yandzi**	**Intervenant(e) principal(e) / Referent/in**
	Junna Kikuchi	*Norbert Vetterli*	*Désirée Gabriel*	*Charly Nusbaumer*	*En soutien / zur Unterstützung*
Thème/Thema	*O-guruma / Ashi-guruma*	*Déplacer efficacement le partenaire en combinaison avec des techniques* *Effekt auf den Partner ausüben in Kombinaton mit einer Wurftechnik*	*Renraku-waza Koshi-waza/Ashi-waza* *Kombinationen Hüfttechnik/Beintechnik*	*Travail autour du cercle* *Verschiedene Techniken aus der Kreisbewegung*	

Tapis/Matte	**09:45 - 11:00**	**11:15 - 12:30**	**14:45 - 16:00**	**16:15 - 17:30**	
Judo "Compétiteurs"/"Wettkämpfer" Jeunes & Adultes / Jugendliche & Erwachsene	**Hiroshi Katanishi**	**Darcel Yandzi**	**Tatsuto Shima**	**Junna Kikuchi**	**Intervenant(e) principal(e) / Referent/in**
	Bruno Tsafack	*Alexis Landais*	*Bruno Tsafack*	*Désirée Gabriel*	*En soutien / zur Unterstützung*
Thème/Thema	*Renraku-waza Koshi-waza/Ashi-waza* *Kombinationen Hüfttechnik/Beintechnik*	*Principe d'action/réaction* *Prinzip Aktion/Reaktion*	*Ashi-waza en déplacement* *Ashi-waza aus der Bewegung*	*Travail autour de Seoi-nage* *Verschiedene Varianten um den Seoi-nage*	

Tapis/Matte	**09:45 - 11:00**	**11:15 - 12:30**	**14:45 - 16:00**	**16:15 - 17:30**	
Ne-waza & Fighting Jeunes & Adultes / Jugendliche & Erwachsene	**Michel Van Rijt**	**Florian Erni**	**Michel Van Rijt**	**Tatsuto Shima**	**Intervenant(e) principal(e) / Referent/in**
	Corina Amstutz	*Andréas Santschi*	*Sina Staub*	*Alexis Landais*	*En soutien / zur Unterstützung*
Thème/Thema	*Übergang Faust- und Tritttechnicken zu Würfen* *Liaison de frappes et de coups vers les projections*	*Arm Drag : un outil complet* *Arm Drag: ein "Multitool"*	*Coups spéciaux en Ju jitsu* *Spezialwürfe/Techniken Ju-jitsu*	*Mobilité et application des techniques* *Beweglichkeit und Anwendung von Techniken*	

Tapis/Matte	**09:45 - 11:00**	**11:15 - 12:30**	**14:45 - 16:00**	**16:15 - 17:30**	
Ju-jitsu Enfants / Kinder	**René Burch**	**Vernay Arnaud**	***Harry Bucklar***	**Milan Savic**	**Intervenant(e) principal(e) / Referent/in**
	Harry Bucklar	*Milan Savic*	*David Wernli*	*Denis Guélat*	*En soutien / zur Unterstützung*
	Andy Aschwanden	*Karine Stauffer Imboden*	René Burch	Vernay Arnaud	*En soutien / zur Unterstützung*
Thème/Thema	*Utilisation du Nage-waza en autodéfense* *Anwendung von Nage-waza in der Selbstverteidigung*	*Défense contre saisies au revers* *Reversgriffe abwehren*	*Défense contre attaques à distance (poing, pied)* *Verteidigung gegen Distanzangriffe (Faust, Fuss)*	*Travail technique autour de Ude-garami* *Verschiedene Varianten zum Thema Ude-garami*	

Tapis/Matte	**09:45 - 11:00**	**11:15 - 12:30**	**14:45 - 16:00**	**16:15 - 17:30**	
Ju-jitsu Adultes / Erwachsene	**Karine Stauffer Imboden**	**Toma Claudio**	**Denis Guélat**	**Andy Aschwanden**	**Intervenant(e) principal(e) / Referent/in**
	Denis Guélat	*David Wernli*	*Karine Stauffer Imboden*	Toma Claudio	*En soutien / zur Unterstützung*
	Milan Savic	René Burch	Vernay Arnaud	*David Wernli*	*En soutien / zur Unterstützung*
Thème/Thema	*Travail technique autour du bâton* *Verschiedene Techniken mit dem Stock*	*Enchaînements de techniques diverses* *Verschiedene aufeinanderfolgende Techniken*	*Enchaînements techniques avec Hubud Lubud* *Technische Abläufe mit Hubud Lubud*	*Défense contre les coups de poing* *Verteidigung gegen Faustschläge*	