

SOC JUDO

DE L'ÉCOLE DE JUDO AU HAUT NIVEAU



2 COURS D'ESSAI
GRATUITS



REJOIGNEZ UN CLUB
CONVIVIAL ET FORMATEUR !



POUR TOUS

Dès 3 ans
De débutant à confirmés



ENSEIGNEMENT DE QUALITÉ

Professeurs diplômés d'Etat



RESPECT - PARTAGE - CONFIANCE

Les valeurs du judo au quotidien



PROGRESSION ET ÉPANOUISSEMENT

A chacun son rythme,
des loisirs à la compétition

LE JUDO

UN SPORT COMPLET

- ✓ MAÎTRISE DE SOI
- ✓ CONFIANCE EN SOI
- ✓ COORDINATION
- ✓ DÉPASSEMENT DE SOI
- ✓ RESPECT DES AUTRES

DES COURS POUR TOUS

EVEIL JUDO

2023/2022/2021

MINI-POUSSINS

2020/2019

POUSSINS

2018/2017

BENJAMINS

2016/2015

MINIMES

2014/2013

ADOS-ADULTES

2012 et +



6 DOJOS

CHALLES LES EAUX

COGNIN

ST BALDOPH

ST THIBAUD DE COUZ

LA VILLETTE



SOC
Judo

SUIVEZ-NOUS !

www.socjudo.com



LUNDI	COGNIN JC	GYMNASE MUNICIPAL (Cognin)	17h15 - 18h15	Mini-Poussins	2019 / 2020 Tous niveaux
LUNDI	COGNIN JC	GYMNASE MUNICIPAL (Cognin)	18h15 - 19h30	Benjamins Minimes	2015 / 2016 Confirmés 2013 / 2014 Tous niveaux
LUNDI	COGNIN JC	GYMNASE MUNICIPAL (Cognin)	19h30 - 21h	Ados Adultes / Tous niveaux	A partir de 2012
LUNDI	SCLEJ	ECOLE DES SOURCES (St Baldoph)	16H30 - 18h	Eléphanteaux - Eveil Judo	2021 / 2022 (nombre de places limitées)
LUNDI	SCLEJ	ESPACE BELLEVARDE (Challes les Eaux)	9h - 10 h	Judo Adapté	IME
LUNDI	SCLEJ	ESPACE BELLEVARDE (Challes les Eaux)	10h - 11h	Taiso Santé	Tous niveaux

MARDI	COGNIN JC	ECOLE BEBOIS (St Thibaud Couz)	17h - 18h	Ecole Maternelle + Ecole Primaire Tous niveaux	2022/2021/2020 jusqu'à 2015
MARDI	SCLEJ	ECOLE DES SOURCES (St Baldoph)	16H30 - 18h	Tous niveaux	2016 à 2020 (nombre de places limitées)
MARDI	SCLEJ	COLLEGE N.D LA VILETTE (La Ravoire)	15h30 - 16h30	Tous niveaux Académie de Sports	De la 6e à la 3e

MERCREDI	COGNIN JC	GYMNASE MUNICIPAL (Cognin)	14h - 15h	Mini-Poussins	2020 Tous niveaux 2019 Débutants
MERCREDI	COGNIN JC	GYMNASE MUNICIPAL (Cognin)	15h - 16h	Mini-Poussins Poussins	2019 Confirmés 2017 / 2018 Débutants
MERCREDI	COGNIN JC	GYMNASE MUNICIPAL (Cognin)	16h30 - 17h45	Poussins Benjamins	2017 / 2018 Confirmés 2015 / 2016 Débutants
MERCREDI	COGNIN JC	GYMNASE MUNICIPAL (Cognin)	17h45 - 19h00	Benjamins Minimes	2015 / 2016 Confirmés 2013 / 2014 Tous niveaux
MERCREDI	COGNIN JC	GYMNASE MUNICIPAL (Cognin)	19h00 - 19h30	A partir de Minimes	A partir de 2014 Préparation grade
MERCREDI	COGNIN JC	GYMNASE MUNICIPAL (Cognin)	19h30 - 21h	Randori Day	Compétiteurs à partir de 2012

MERCREDI	COGNIN JC	ECOLE PASTEUR (Cognin)	10h - 10H45	Eléphanteaux - Eveil Judo	2023 Tous niveaux - 2022 Débutants (nombre de places limitées)
MERCREDI	COGNIN JC	ECOLE PASTEUR (Cognin)	10h45 - 11h45	Eléphanteaux - Eveil Judo	2022 confirmés - 2021 Tous niveaux (nombre de places limitées)
MERCREDI	SCLEJ	ESPACE BELLEVARDE (Challes les Eaux)	15H45 - 16h45	Mini-Poussins Poussins	2019 - 2020 Tous niveaux 2018 Tous niveaux - 2017 Débutants
MERCREDI	SCLEJ	ESPACE BELLEVARDE (Challes les Eaux)	16h45-18h	Poussins Benjamins - Minimes	2017 Confirmés 2014 à 2016 Tous niveaux

JEUDI	SCLEJ	COLLEGE N.D LA VILETTE (La Ravoire)	15h30 - 16h30	Tous niveaux Académie de Sports	De la 6e à la 3e
JEUDI	SCLEJ	ECOLE DES SOURCES (St Baldoph)	16H30 - 18h	Eléphanteaux - Eveil Judo	2021 / 2022 (nombre de places limitées)
JEUDI	SCLEJ	ESPACE BELLEVARDE (Challes les Eaux)	17h - 17h45	Eléphanteaux - Eveil Judo	2021 / 2022 / 2023 Tous niveaux (nombre de places limitées)
JEUDI	SCLEJ	ESPACE BELLEVARDE (Challes les Eaux)	17h45 - 18h45	Mini-poussins - Poussins - Benjamins Minimes	2020 à 2013
JEUDI	SCLEJ	ESPACE BELLEVARDE (Challes les Eaux)	20h15 - 21h45	Ados Adultes / Tous niveaux	A partir de 2012

VENDREDI	SCLEJ	ESPACE BELLEVARDE (Challes les Eaux)	9h - 10 h	Judo Adapté	IME
VENDREDI	SCLEJ	ESPACE BELLEVARDE (Challes les Eaux)	10h - 11h	Taiso Santé	Tous niveaux
VENDREDI	COGNIN JC	GYMNASE MUNICIPAL (Cognin)	15h45 - 17h	Dispositif Judo - Collège Henri Bordeaux	6e - 5e - 4e - 3e
VENDREDI	COGNIN JC	GYMNASE MUNICIPAL (Cognin)	17h15 - 18h30	Poussins Benjamins	2017 / 2018 tous niveaux 2015 / 2016 Débutants
VENDREDI	COGNIN JC	GYMNASE MUNICIPAL (Cognin)	18h30 - 19h15	A partir de Minimes	A partir 2014 Préparation grade
VENDREDI	COGNIN JC	GYMNASE MUNICIPAL (Cognin)	19h15 - 20h45	Ados Adultes / Tous niveaux (pas de cours le premier vendredi de	A partir de 2012