

Le babydo, du judo ludique pour les jeunes enfants - Rosporden

samedi 12 septembre 2009



Le dojo club a fait sa rentrée et le premier cours de babydo a été encadré par le professeur, Julie Vulgaris, 3^e dan. Pour les enfants âgés de 4 à 6 ans, faire du babydo, c'est découvrir les techniques de base du judo mais en s'amusant. Julie, très pédagogue, les initie à différentes postures en les aidant à se les représenter de façon vivante. « **Pour réussir cet exercice, pensez à la façon dont marche le crabe ou comment se déplace un serpent** » conseille Julie qui met en place des petits jeux et des roulades sur le tatami. La jeune femme rappelle que le certificat médical est obligatoire, toute catégorie confondue. « **C'est un sport de contact** ». Renseignements, tél. 06 29 12 24 26.