

# Sart-Bernard club Ju-Jutsu Traditionnel Méthode Wa-Jutsu

N° d'entreprise : 0829.828.367

## Calendrier Saison 2025-2026

Jour	Date	Cours
Lundi	01-sept.	Assemblée Générale
Vendredi	05-sept.	Rentrée pour tous. Rappel étiquette sur le tatami, rôles, responsables, la philosophie.
Lundi	08-sept.	Les lundis sont consacrés au perfectionnement des katas
Vendredi	12-sept.	Respirations – Extension du ki - postures – déplacements esquives - programme de blanche : self
Lundi	15-sept.	premier kata
Vendredi	19-sept.	Révision pour tous, programme de blanche : Kata au sol ou debout 2F
Lundi	22-sept.	premier kata
Vendredi	26-sept.	10 contrôles au sol sauf pour les ceintures noires Perfectionnement premier kata
Lundi	29-sept.	<b>Cours Supérieur</b>
Vendredi	03-oct.	Révision pour tous, programme de Jaune : Kata, self, – pour les CN en + Kata CN2 debout
Lundi	06-oct.	Kata CN2 debout
Vendredi	10-oct.	perfectionnement rôle de uké : chutes, roulé, descente au sol Kata Aiki et Tachi iki Nage
Lundi	13-oct.	Kata CN2 debout
Vendredi	17-oct.	Révision programme de orange : Kata, self
Lundi	20-oct.	Congé d'automne (Toussaint)
Vendredi	24-oct.	Congé d'automne (Toussaint)
Lundi	27-oct.	Congé d'automne (Toussaint)
Vendredi	31-oct.	Congé d'automne (Toussaint)
Lundi	03-nov.	<b>Cours Supérieur</b>
Vendredi	07-nov.	Spécial Sol 4 entrées de face – renversement 1, 2, 3 – 10 contrôles au sol. Randori souple self - sol
Lundi	10-nov.	Kata 2 sol
Vendredi	14-nov.	Entraînement et perfectionnement technique C. Orange / début verte – CN Kata 2

Lundi	17-nov.	Kata 2 sol
Vendredi	21-nov.	Perfectionnement Kata selon le niveau de C. - pour les ceintures noires 2eme kata sol
Lundi	24-nov.	<b>Cours Supérieur</b>
Vendredi	28-nov.	Révision programme de Verte : Kata, self
Lundi	01-déc.	Kata 3 sol
Vendredi	05-déc.	Spécial Sol les entrées latérales - Renversement 4, 5, 6 – étranglements en position supérieure – 12 contrôles au sol.
Lundi	08-déc.	Kata 3 sol
Vendredi	12-déc.	Entraînement et perfectionnement technique C. Bleue – CN Kata 2 antachi
Lundi	15-déc.	<b>Cours Supérieur</b>
Vendredi	19-déc.	Spécial Sol les entrées de face 5 à 8 et arrière – étranglements en position inférieure – self contre 2. Révision Bleue : self dern techn.
Lundi	22-déc.	Vacances d'hiver (Noël)
Vendredi	26-déc.	Vacances d'hiver (Noël)
Lundi	29-déc.	Vacances d'hiver (Noël)
Vendredi	02-janv.	Vacances d'hiver (Noël)
Lundi	05-janv.	préparation rando du kagami
Vendredi	09-janv.	Reprise Kagami-biraki
Lundi	12-janv.	Kata 3 debout
Vendredi	16-janv.	Révision programme de Bleue : Kata Antachi – self Tambo
Lundi	19-janv.	Kata 3 debout
Vendredi	23-janv.	Perfectionnement Kata selon le niveau de C. pour les ceintures noires 3°kata sol
Lundi	26-janv.	<b>Cours Supérieur</b>
Vendredi	30-janv.	Kyu perfectionnement programme de Bleue : Kata, self - CN 3°kata antachi
Lundi	02-févr.	CN 3°kata antachi
Vendredi	06-févr.	Spécial Sol les clés – étranglements – entrées renversements : Randori
Lundi	09-févr.	CN 3°kata antachi
Vendredi	13-févr.	Programme de Bleue : Kata Antachi – self Tanto

Lundi	16-févr.	Congé de détente (Carnaval)
Vendredi	20-févr.	Congé de détente (Carnaval)
Lundi	23-févr.	Congé de détente (Carnaval)
Vendredi	27-févr.	Congé de détente (Carnaval)
Lundi	02-mars	<b>Cours Supérieur</b>
Vendredi	06-mars	Perfectionnement et entrainement sur les techniques vues 3°kata debout
Lundi	09-mars	Kata 3 les armes
Vendredi	13-mars	Kyu perfectionnement de leur programme de blanche à bleue, 1er Kyu les 7 clés fondamentales : Kata, self – CN placement des clés fondamenta
Lundi	16-mars	Kata 3 les armes
Vendredi	20-mars	<b>CN début passage Sol en vue examens</b>
Lundi	23-mars	préparation exam kata
Vendredi	27-mars	CN début passage KATA en vue examens Perfectionnement des techniques suivant le niveau pour CN2 3°kata les armes
Lundi	30-mars	<b>Cours Supérieur</b>
Vendredi	03-avr.	Perfectionnement de son programme pour tous
Lundi	06-avr.	Lundi de Pâques
Vendredi	10-avr.	Cours spécial tambo et tanto
Lundi	13-avr.	préparation exam self
Vendredi	17-avr.	Passage examens CN
Lundi	20-avr.	<b>Cours Supérieur</b>
Vendredi	24-avr.	Passage examens CN
Lundi	27-avr.	Vacances de printemps
Vendredi	01-mai	Vacances de printemps
Lundi	04-mai	Vacances de printemps
Vendredi	08-mai	Vacances de printemps
Lundi	11-mai	
Vendredi	15-mai	<b>Cours spécial sol révision des techniques oubliées</b>
Lundi	18-mai	
Vendredi	22-mai	Passage examens Kyu
Lundi	25-mai	<b>Cours Supérieur</b>
Vendredi	29-mai	Passage examens Kyu

Lundi	01-juin	
Vendredi	05-juin	Passage examens Kyu
Lundi	08-juin	
Vendredi	12-juin	Remise de grades
Lundi	15-juin	
Vendredi	19-juin	Cours Katana
Lundi	22-juin	
Vendredi	26-juin	Cours Katana
Lundi	29-juin	





