



Toutes les années, plus de 30 enfants par semaine bénéficient de notre stage d'été à Prangins.

Stages d'été 2025

BabySports & MultiSports

Budo Schools Ashita organise chaque année un stage multisports durant le mois de juillet. Les moniteurs et les assistantes seront à disposition durant trois à quatre semaines pour encadrer une trentaine d'enfants à diverses activités telles que Baseball, Natation, Bowling, Golf et bien d'autres. Durant la semaine, les enfants vont participer à une initiation au Judo, afin de participer à une compétition en fin de semaine et de remporter une médaille.

Les participants vont découvrir de nombreux sports et activités grâce à l'expérience des encadrants. Ils vont également repartir avec des cadeaux et des souvenirs plein la tête.

Le but de ce stage est d'occuper les enfants avec des activités sportives et culturelles durant la journée, en évitant les écrans et la sollicitation des réseaux sociaux. Nous essayons d'être principalement à l'extérieur pour toutes les activités sportives.

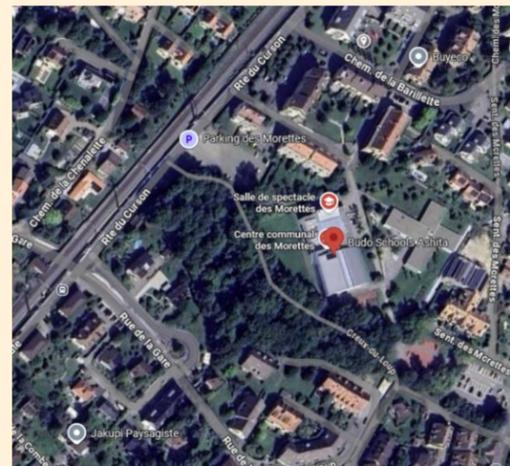
Les places sont limitées par semaine ; en effet nous accueillons une trentaine d'enfants, dont 8 places spécialement dédiées aux enfants dès 5 ans. Une assistante est uniquement consacrée à la vérification de la bonne organisation des participants plus jeunes.

À prendre obligatoirement : sac à dos, gourde d'eau plate, tenue sportive, une casquette, basquettes intérieures et extérieures, crème solaire, linge et maillot de bain.

Tous les jours, les participants de tous âges, ont la chance de se régaler avec un repas chaud, sain et fait maison, préparé par nos cuistos BSA. Les plats sont élaborés par une professionnelle qui pense au bien-être des enfants et à leur développement. Sur place, une cuisine professionnelle est mis à leur disposition pour élaborer des plats composés d'une entrée fraîche, un plat chaud et équilibré et d'un dessert gourmand.



Le vendredi est exceptionnel ; notre partenaire TheBowlingHotel à Signy, nous fait déguster une pizza au mètre pour le grand plaisir des enfants, accompagné d'un sirop.



Lieu des événements BSA
Collège des Morettes à Prangins, Chemin en Purian 6, 1197 Prangins
Données GPS : 2'508'413.48, 1'139'031.53

Horaire : 08h30 – 17h00

Lien dès 5 ans :

<https://budoschoolsashita.ch/stage-ete-babysports/>

Lien dès 7 ans :

<https://budoschoolsashita.ch/stages-ete-multisports/>

Tournois RANKING

Compétitions annuelles

Durant l'année civile, les compétitions sont à disposition des personnes souhaitant remporter des points.

Le terme «ranking» signifie que chaque événement permet aux compétiteurs de remporter des points selon le résultat dans le classement selon le type de tournoi. Seul les 16 premiers classés peuvent participer au Championnat Suisse Individuel en novembre.

Si un(e) judoka(te) est qualifié(e) dans plusieurs catégories, il/elle devra confirmer une catégorie de poids au plus tard 15 jours avant le Championnat Suisse Individuel.

Le classement est valide sur une année complète et est réinitialisé en début d'année. La répartition des points est la suivante :

Rang	Ranking 1000	Ranking 500
1.	12	6
2.	8	4
3.	4	2
5.	2	1
7.	1	0

Les différents Ranking sont à disposition et tenus à jour sous : <https://sjv.ch/ranking-tourniere>.

Agenda des tournois Ranking :

Janvier: 1000 Morges / Février: 500 Oensingen / Mars : 500 Rheintal/ Avril : 1000 Saint-Gall / Mai : 500 Siere / Juin : 500 Spiez / Septembre : 1000 Weinfelden, 1000 Morat / Novembre : 500 Uster

Source : <https://sjv.ch/agenda>

Mass Training Masutoreningu

Entraînement de masse BSA

Qu'est ce qu'un entraînement de masse ? selon la définition officielle est : «*La prise de masse est une période où l'on cherche à prendre du muscle, en combinant des exercices de musculation et un apport calorique élevé.*»

Notre Association a créé un évènement sur deux jours, à partir de 2025, pour apporter un entraînement spécifique aux judokates et aux judokas. Le but est de se regrouper avec plusieurs clubs sur les tatamis à Prangins pour une journée de partage.

Déroulement de la journée en 4 parties :

08h00-09h30 : Intervenant 1 sur un thème
09h30-10h00 : Pause
10h30-12h00 : Intervenant 2 sur un thème
12h00-13h00 : Repas
13h00-14h30 : Intervenant 3 sur un thème
14h30-15h00 : Pause
15h00-16h30 : Combats

Articles à prendre :

- Judogi blanc
- Gourde d'eau plate
- Tongue propre (du vestiaire aux tatamis)

Ôter les bijoux et le métal et ne pas prendre d'écran. Nous ne serons pas responsable des vols des objets personnels dans les vestiaires (par exemple : téléphone portable, argent, ..).

De nombreux intervenants sont présents à l'entraînement pour apporter leur savoir-faire dans le domaine.

Liste non exhaustive des définitions des activités supplémentaires :

Ju-jitsu : regroupement des techniques de combat qui furent développées par les samouraïs durant l'époque d'Edo.

Arts martiaux mixtes (MMA) : regroupant des techniques issues de nombreux Arts Martiaux et sports de combat (judo, boxe, karaté) pour former une discipline singulière avec ses propres spécificités.

Stretching : étirement, ou le stretching, est une pratique corporelle destinée à développer la souplesse corporelle ou à préparer le corps à l'exercice et à favoriser la récupération consécutive à un effort physique.

Self-défense : ensemble de techniques et de stratégies visant à se protéger contre une agression physique. Elle englobe des notions telles que le combat rapproché ou le combat de rue.



Plus de 60 enfants sur les tatamis, avec 3 ou 4 clubs invités, avec des personnalités qualifiées et de qualité.

Le savez-vous ?

Les vrais tatamis de judo, aussi appelés tapis de judo, sont traditionnellement constitués d'une base en paille de riz compressée et recouverte d'une natte en jonc tressé (igusa). Les bords sont souvent ornés d'une bordure en tissu (heri). Les tatamis modernes, notamment pour la pratique du judo, sont souvent fabriqués en mousse agglomérée de haute densité pour un meilleur amorti des chutes.



Participations des mamans, des papas, des frères et sœurs, des grands-parents, des familles entières.

Journée parents-enfants

Juin / Décembre

Budo Schools Ashita a la chance d'accueillir de nombreux enfants tous les jours dans nos salles de Versoix à Lausanne. Nous vous sommes très reconnaissants de nous accorder votre confiance et votre ou vos enfants.

Votre future championne ou votre futur champion fait partie de notre Association pour pratiquer un art martial : le JUDO.

En tant que proches, vous avez souvent des questions sur la structure du cours, la discipline de votre enfant et de la pratique du Judo durant l'entraînement. Deux fois par année, nous vous invitons à nous rejoindre sur les tatamis et à partager un entraînement ; durant l'heure de l'entraînement de votre judokate ou de votre judoka.

Vous avez deux rendez-vous à noter chaque année :

En juin, la semaine avant la remise des grades ; généralement la deuxième semaine du mois de juin.

En décembre, la semaine avant la coupe de Noël ; généralement la deuxième semaine du mois de décembre.

Vous bénéficiez d'un entraînement spécial avec votre enfant en partageant un moment unique et sportif. Il est recommandé de venir en training long ou legging et t-shirt. Sans oublier une gourde d'eau plate et de faire attention au métal (boucle d'oreilles, lunettes, etc..).

Course de l'Escalade

Décembre à Genève

La Course de l'Escalade est une tradition depuis 1978 à Genève. Budo Schools Ashita participe depuis plusieurs années à cet évènement unique en son genre. Nous participons à presque 4 km de course ou de marche en début décembre au milieu de la ville.

Nous avons commencé à 5 personnes il y a quelques années, aujourd'hui nous avons atteint 30 inscriptions l'année dernière. Quel honneur de courir sous l'effigie qui nous rassemble tous : BUDO SCHOOLS ASHITA et la couleur orange.

Le but de cette course est de rassembler le plus grand nombre de personnes, enfants, parents, frères, sœurs, ... pour courir sous la lumière des lampes de Genève. De 5 à 30 km/h, nous pouvons tous participer ; la seule condition est de venir habillé en orange.



30 coureurs en 2024 en orange sous l'effigie de BSA.

Pourquoi parle-t-on de la course de la marmite ?

La légende veut que la Mère Royaume se serait saisie d'une marmite de soupe en train de mijoter et l'aurait lancée de sa fenêtre sur la tête d'un soldat savoyard. Depuis lors, chaque année à Genève durant la fête de l'Escalade, on brise une marmite en chocolat, garnies de légumes en massepain, pour lui rendre hommage.



Sept judokates et judokas faisant partie du Cadre Cantonal Vaudois (CTV). Mattia, Samuele, Yoan, Tom, Elsa, Stella et Israa motivés à atteindre leurs objectifs, en participant aux entraînements, aux stages et aux compétitions du CTV.

Cadre Talent Vaudois

Saison 2024-2025

Le Cadre Talent Vaudois (CTV) organise des entraînements durant toute la saison. Le judo est mis à l'honneur de diverses façons : exercices physiques, exercices collaboratifs, enchaînements techniques, combats souples, séries de combats à la chaîne, renforcement musculaire et bien d'autres.

Le CTV est ouvert à tous. Il suffit de respecter les critères suivants :

- agé(e)s de 10 à 14 ans
- à partir de la ceinture orange
- membres de l'Association Vaudoise de Judo Ju-Jitsu (AVJJ)

Les entraînements sont organisés régulièrement chaque mois, à de nombreux dojos, annoncés à l'avance. Les horaires sont de 10h00 à 11h45 et de 12h45 à 14h15. Lors de ces entraînements, le CTV demande à chacun, de prendre un pique-nique sain (*chips, bonbons, sodas, etc. seront confisqués*).

Les entraînements du CTV restent ouverts pour les judokates et les judokas en première année Espoirs (M18). Ceci doit permettre de leur fournir une meilleure transition vers le Centre Régional de Performance Romand (ci-après CRPR).

Durant la saison, le Cadre Talent Vaudois accompagne certains judokates et judokas aux événements sélectionnés. Plusieurs événements permettent aux sélectionnés de participer à des tournois ou des stages nationaux et internationaux. Les entraîneurs du CTV suivent, observent et soutiennent les sélectionnés.

RandoriDay : entraînements orientés combats, organisés par la FSJ.

Tournois nationaux et internationaux : Morges, Oensingen, Altstätten (facul), St-Gall, Sierre, Spiez (facul), Venray (sous sélection), Weinfelden, Morat, Koroska (sous sélection), Mulhouse (sous sélection) et Uster. Les tournois ranking sont expliqués en page 3.

Camp Macolin et Camp d'entraînement de Kerenzenberg, sont organisés sur 1 semaine, avec des activités différentes. Les participants sont sélectionnés par le CTV.

Championnat Vaudois Individuel, Championnat romand et de la Suisse latine

Stage de Fiesch, avec plus de 300 participants venant de toute la Suisse et des pays voisins. Une grande semaine à Pâques, afin d'acquérir diverses connaissances grâce aux sinvités professionnels.

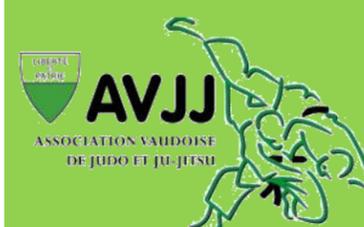
Stage du Cadre Cantonal Vaudois à Lausanne, avec repas, nuit sur les tatamis et exercices physiques dès le matin.

Coupe des Cadres Cantonaux, sous sélection uniquement, pour représenter le Canton de Vaud.

TEST Piste, journée placée sous la résistance, la motivation et l'évaluation. Chaque enfant passe une série de tests, afin de se sélectionner au CTV.

Le savez-vous ?

Le Judo veut dire littéralement « voie de la souplesse ». Il s'agit d'un sport de combat d'origine japonaise, qui se pratique à mains nues, sans porter de coups, le but du combat étant de faire tomber l'adversaire, de l'immobiliser ou de l'obliger à abandonner.



L'Association Vaudoise de Judo et Ju-Jitsu (AVJJ) regroupe une trentaine de clubs et écoles du canton de Vaud. Nous proposons des rencontres sportives, des cours et soutenons nos membres dans la pratique de nos disciplines.

Le but de l'AVJJ est de :

- encourager la pratique du judo et du ju-jitsu
- favoriser le contact entre les différents clubs vaudois
- représenter les intérêts de ces clubs auprès des autorités

Nous organisons des manifestations (championnats et tournois) et des cours techniques. Nous mettons à disposition du matériel, des locaux et de l'encadrement pour ces membres. Enfin, nous soutenons financièrement, sous conditions, des membres de l'association.

<https://www.judo-vaud.ch/>

Contact : Monsieur Florian Girardoz,
floriangirardoz@bluewin.ch / +41 79 587 02 33



Examen de Samuele lors de son passage de la première série de kata, avec son partenaire Mattia.

Passage de grades

Durant les mois de mars et d'avril

Durant toute la saison, nous apprenons diverses techniques du Go Kyu (*déf: lexique des techniques de Judo pour le passage de ceinture*). Chaque enfant aura déjà vu toutes les techniques à présenter durant l'examen.

Durant les mois de mars et d'avril, chaque moniteurs font passer un examen à chacun des judokates / judokas. Le but est que chaque enfant présente toutes les techniques de la ceinture blanche à la ceinture supérieure à la sienne.

Lors de l'apprentissage des techniques de Judo, les moniteurs mettent en avant une facilité d'apprentissage des noms et des techniques.

Un document appelé «[BSA – Lexique Judo](#)» permet d'apprendre les termes en japonais, comme un vocabulaire.

Pourquoi pas commencer à apprendre le japonais grâce au Judo ?

Documents GRADES

Apprentissage de la ceinture

Le fichier en format pdf s'intitulant «*Passages de Grades.pdf*» regroupe toutes les techniques par ceinture. Ce document permet à tous les enfants de réviser tranquillement la présentation à effectuer lors de l'entraînement.

Par exemple la judokate qui est actuellement en ceinture jaune, devra apprendre toutes les techniques du document de la ceinture blanche jusqu'à la ceinture jaune/orange.

Les passages de grades se déroulent durant l'entraînement quotidien de l'enfant. Selon le passage de ceinture en cours, il y a plusieurs possibilités de déroulement face au de moniteur/monitrice :

- effectuer les techniques sans les noms, jusqu'à la ceinture Jaune/Orange
- effectuer les techniques avec les noms, dès la ceinture Orange
- effectuer les techniques avec les noms, avec de la précision et les déplacements depuis la ceinture Verte
- effectuer toutes les techniques avec les noms et précisions, et également présentation de la première série de Kata

Source du document :

<https://budoschoolsashita.ch/grades/>

Qu'est-ce qu'un Kata ?

Le kata est un enchaînement de techniques codifié qui se pratique à droite et à gauche. Cela doit être exercé . Ils sont conçus pour enseigner les principes du judo, tels que l'équilibre (Kuzushi), le timing, l'efficacité du mouvement et la relation entre l'attaque et la défense.



Remise des nouvelles ceintures pour la SélectionCompétition.

Remise des grades

Juin à Prangins

Cette journée est unique et exceptionnelle. Cet évènement permet de clôturer la saison en cours et également de récompenser chaque enfant qui a fourni un effort considérable pour obtenir sa nouvelle ceinture.

Budo Schools Ashita organise cette cérémonie officielle et traditionnelle en mi-juin. L'occasion pour chaque parents de voir l'évolution et le niveau de leurs enfants au Judo.

Lorsque la judokate ou le judoka obtient la ceinture Jaune, nous donnons également un passeport bleu.

Qu'est-ce qu'un passeport bleu ? Comment l'utiliser ?

Il s'agit d'un petit livret bleu de la Fédération Suisse de Judo et Ju-Jitsu. Il contient plusieurs informations, par exemple les coordonnées personnelles, les dates de passages de ceintures, les stages effectués, les points récoltés pour la ceinture noire, etc.. Il est recommandé de mettre une photo de l'enfant dès réception, car ce document est utilisé jusqu'à la fin de sa vie de Judoka.

Les points récoltés permettent de passer la ceinture noire en présentant moins de séries de kata. Ils s'additionnent tout au long des compétitions.

Mascotte «ASHITA»**Faites connaissance**

Nous vous présentons le dernier venu, notre nouveau membre de Budo Schools Ashita et pas des moindres...

«Ashita» symbolise la Chance et la Paix, en apportant douceur et puissance. Le panda enseigne l'importance de la patience et aide à toujours garder une attitude positive ; bonne humeur et tendresse font partie des significations les plus souvent associées aux Pandas.

Notre «Ashita» a un don tout particulier pour les arts martiaux, principalement le judo ; car il apporte l'esprit du judo, le respect, la discipline, l'entraide...



Ashita est impatient de vous retrouver sur les tatamis pour partager des moments sportifs. Il vous donne rendez-vous en décembre. Soyez nombreux !

**Judo Team Cup
On'nanoko****Mai**

Budo Schools Ashita a pour la première fois mis en valeur les femmes du JUDO : les judokates. En effet, depuis 2024, nous avons organisé la Coupe Féminine par équipes, qui se traduit «Judo Team Cup On'nanoko». Le but est de parler uniquement des futures talents féminins en leur proposant une compétition, une journée réservée à elles.

Plusieurs équipes, venant de toute la Suisse, combattent les unes contre les autres pour créer un classement, jusqu'à la dernière place. Nous avons à disposition 8 à 12 places par année, pour inviter les équipes féminines.

En fin de journée, les filles repartent toutes avec un trophée par équipe ainsi qu'un cadeau par participantes ; ce cadeau est toujours utile pour la pratique du Judo féminin. De plus, toutes les femmes judokates présentent ce jour en tant que monitrice, coach, arbitre, jeune arbitre, staff vont porter le judogi pour accompagner les participantes Ecolières B et C sur les tatamis et partager un moment de combat ensemble.

Tournois Cantonaux**Mars / Novembre**

Les tournois cantonaux sont organisés deux fois par année, pour les Ecoliers (ères) C et D. Ils sont très importants pour débiter et faire ses premiers pas dans la compétition.

Déroulement de la journée : Lors de votre arrivée, votre enfant doit s'inscrire à la table d'entrée après s'être changé, puis être pesé par l'AVJJ. Les enfants sont regroupés par 4 ou 5 participants, selon leurs âges, leurs sexes et leurs poids. Les participants combattent les uns contre les autres, afin de se confronter. Les médailles sont distribuées sur le podium, puis les enfants sont rendus à leurs parents.

Lorsqu'ils sont pris en charge par l'organisateur, les enfants doivent avoir les langues au pieds, porter leur judogi, les cheveux attachés, les bijoux otés, les ongles coupés et la gourde d'eau plate à la main.



Toute l'équipe de bénévoles en novembre 2023.

Un grand MERCI aux bénévoles qui sont toujours à nos côtés pour rendre l'évènement organisé magnifique et inoubliable. Sans vous, BSA ne pourra pas péréniser.



Tous les participants en préparation sur plus de 200m² de tatamis.

Camp de Leysin**Camp de perfectionnement durant les relâches d'octobre**

Du lundi au vendredi, nous accompagnons une trentaine de sportifs motivés pour attaquer la semaine d'entraînement intensif. Judo, jeux collectifs, footing, piscine et bien d'autres sont au rendez-vous. Chaque année, des activités différentes sont organisées pour le développement, la découverte et la curiosité de l'enfant.

La Maison du Sport nous accueille dans un magnifique bâtiment à Leysin ; au milieu des montagnes, à côté des installations sportives du Village, à 1'260m d'altitude rempli d'oxygène et encadrés par des personnes passionnées et compétentes ; les enfants ont à leur disposition toutes les cartes en mains pour se développer et évoluer à leur rythme.

De nombreuses activités diverses les attendent pour perfectionner les mouvements et les résistances ; parcours, natation, salle de bloc, patinage,

...

Avec 200m² de tatamis mis à disposition dans une salle de gym équipée de matériels derniers cris, nous offrons un programme animé entre le Judo et la préparation physique.

Pour lier notre équipe de sportifs, le personnel de la Maison du Sport nous prépare un très bon pique-nique ; une montée en télésièges, nous emportons le repas dans le sac à dos à la montagne et une randonnée est organisée pour la descente.

Notre partenaire «le restaurant de la Piscine de Leysin» nous offre le repas fait maison et avec passion, un midi dans la semaine.



Présences de Budo Schools Ashita à tous les Championnats Vaudois depuis la création.



Camp de Macolin

Camp de performance durant les vacances de Pâques

Situé dans le Campus Fédéral de Macolin au-dessus de Bière, nous accueillons les participantes et les participants dans un cadre de travail sublime et adapté aux sportifs d'élites. Toutes les installations sont pensées et organisées pour la préparation physique et mentale des athlètes.

À Macolin, le planning est serré et endurant. Préparation physique en plein air à plus de 875 mètres d'altitude, Judo pour finir la matinée au pavillon des sports de combats. Retour à l'hébergement, trois plats sont à leur disposition pour reprendre des forces. Pour les après-midi, tout est réalisable ; multisports, musculation, natation, randonnée...

Afin de resserrer les liens de l'équipe, nous organisons un repas dans la «cabane des bois» en altitude. Au programme, marche, raclette et histoire de Macolin.

Championnats cantonaux

Mars / Novembre

En mars et en novembre, il y a deux titres importants de sa carrière à aller chercher : Championne ou Champion Vaudois, individuel ou par équipes.

L'évènement est organisé par l'Association Vaudoise de Judo avec les aides des clubs membres. Des évènements à ne pas manquer. Ils apportent une confrontation aux athlètes Vaudois. Ce titre vous sera attribué à vie.

Qu'est-ce qu'une licence ?

Il s'agit d'un document informatisé certifiant que l'élève est bien membre de la Fédération Suisse de Judo et de ce fait peut participer à toutes les compétitions cantonales, régionales et internationales.

Ce document est renouvelable annuellement (année civile).

À savoir que la licence est valable jusqu'à fin janvier de l'année suivante.



L'équipe BSA avec le Père Noël et «Ashita» à Noël 2025.

Coupe de Noël BSA

Tournoi inter-écoles en décembre à Prangins

Avant de fêter Noël en famille, nous vous invitons, tous les 2^{èmes} samedis du mois de décembre, à la Coupe de Noël à Prangins

Les judokates et les judokas s'entraînent toutes les semaines pour réussir à atteindre leurs objectifs. Budo Schools Ashita regroupe l'ensemble des enfants des écoles, afin de se confronter les uns aux autres. Un moment rempli d'émotions, de rires et de partages.. nous accueillons tous les membres ... même les tout-petits. Cela permet aux enfants de mettre le premier pied dans le domaine de la compétition ; par un tournoi simple, amusant et encourageant.

C'est l'occasion également de regrouper toutes les écoles BSA pour un évènement unique, de réunir toute l'équipe de Budo Schools Ashita et de partager un moment chaleureux et familiale.

Déroulement de la journée : Lors de votre arrivée, votre enfant se rend à la table d'entrée. Les participants sont pris en charge par BSA. Regroupés par 4 ou 5 participants dans chaque catégories, selon leurs âges, leurs sexes et leurs poids. Une fois les combats terminés, les athlètes obtiennent tous une médaille et des cadeaux sur le podium, puis les enfants sont rendus à leurs parents.

Lors de l'évènement, nous soutenons toujours une Association ou une Fondation pour Noël. Le but est que votre enfant prenne un jouet de sa chambre (en bon état de marche et propre) pour le donner aux enfants qui sont dans le besoin ; emballé ou non, les enfants seront toujours heureux de recevoir un présent.

N'oubliez pas de prendre des billets de tombola, pour gagner des magnifiques cadeaux, en fin de journée, venant de nos partenaires, que nous remercions vivement.



De gauche à droite, François de Werra Président, Céline Maître Responsable Administrative, Jean-Pierre Bueno Vice-Président et Antony Verdaud Directeur Technique.

Historique de Budo Schools Ashita

Since 2019



Rond orangé : représente le soleil levant, du drapeau japonais.

Le Torii : est un «portique des temples japonais shintoïstes». Il s'agit de séparation symbolique du monde physique et du monde spirituel, chaque Torii traversé lors de l'accès à un temple doit être retraversé dans l'autre sens afin de revenir dans le monde réel.

Budo : Les budō (武道) sont les arts martiaux japonais apparus entre le milieu du XIX^e siècle et le milieu du XX^e siècle. En japonais, bu (武) signifie «la guerre» et dō (道) signifie «la voie».

Schools : «écoles» en anglais, établissement dans lequel est donné un enseignement collectif.

Ashita : «demain» en japonais, un avenir plus ou moins proche.

Budo Schools Ashita a été créé grâce à l'amour et la passion du Judo de plusieurs amis. Ces écoles ont vu le jour le 1^{er} mai 2019 à Prangins ; la ville de cœur de notre Président Monsieur François de Werra.

Le nom de «Budo Schools Ashita» n'est pas venu sans sens. Il a été réfléchi, modifié, changé, adapté pour que la signification soit révélatrice. Le but d'un nom d'Association, dans notre cas, est de le choisir dans un objectif émotionnel et professionnel. Il a été défini par l'équipe BSA pour se projeter dans le futur. Littéralement, nous avons créé «Les écoles de demain dans le domaine des arts martiaux».

Nous espérons que notre Association pourra soutenir les Futurs Championnes et Champions du Judo.

La couleur orange n'a pas été choisie au hasard pour Budo Schools Ashita. Elle apporte une forte valeur de positivité, de l'optimisme, de la joie, de la chaleur, de la vitalité et de la créativité. L'orange est également considéré comme une couleur vivante qui inspire la bonne humeur et le dynamisme. Cette couleur est associée au mouvement... tout comme le judo.

«On ne juge pas un homme sur le nombre de fois qu'il tombe mais sur le nombre de fois qu'il se relève.»

– Jigoro KANO

MOT DU PRESIDENT

«C'est avec un immense plaisir que nous vous proposons de nous rejoindre dans notre nouvelle aventure centrée sur les valeurs du Budo, de l'effort, de l'amitié dans la pratique de notre sport.

Le Judo est une école de vie, il nous apprend à nous connaître nous-même, ainsi que les autres. Les valeurs qu'il véhicule sont applicables dans la vie de tous les jours et son Code Moral peut et devrait s'appliquer dans nos actes quotidiens.

Nous vous offrons la possibilité de rejoindre une équipe de moniteurs qui se feront un plaisir de partager leurs connaissances, leurs expériences et leur passion pour cet art.

Nous nous réjouissons de votre participation et espérons que vous partagerez notre enthousiasme dans cette aventure.»

François de Werra, Président

QR Code à disposition

Plus qu'à photographier pour vous inscrire.

INSCRIPTION



AGENDA



GALERIE PHOTOS



JUDO TEAM CUP ON'NANOKO



REMISE DES GRADES



DOCUMENTATION GRADES



STAGE D'ETE MULTISPORTS



STAGE D'ETE BABYSPTS



METHODE SAKUMA



HORAIRE



LASTNEWS



CONTACT



CONTACT

+41 77 535 60 02

info(a)budoschoolsashita.ch

Adresse VD

Budo Schools Ashita
Chemin en Purian 6
1197 Prangins

Adresse GE

Budo Schools Ashita
Case Postale 761
1290 Versoix