

# JUDO in EIS SCHOUL



## Du JUDO depuis 2011

Le JUDO compte depuis 5 années parmi les activités sportives offertes par EIS SCHOUL en collaboration avec le Cercle de JUDO d'Esch-sur-Alzette.



Des entraîneurs qualifiés se chargent d'organiser un entraînement hebdomadaire pour les enfants plus avancés des cycles 2, 3 et 4 ainsi qu'un entraînement d'éveil au JUDO pour les enfants du cycle 1.



Frédéric Geogery, l'entraîneur responsable



## Le judo aux cycles 2, 3 et 4

Le JUDO avancé a lieu les jeudis après-midi à la Coque pendant les cours de gymnastique des cycles 3 et 4. Pour les enfants intéressés du cycle 2, un changement d'ho-

raire pourrait être fait afin qu'ils aient aussi la possibilité d'y participer. Les quatre jeudis prochains **29.9, 6.10, 13.10 et 20.10**, un entraînement-découverte a lieu

pendant l'après-midi afin d'inciter des enfants intéressés des cycles 2, 3 et 4 à rejoindre le groupe. En cas d'intérêt, chaque enfant peut adhérer au groupe à condi-

tion de signer et de respecter la charte JUDO « Toujours aller plus loin ».

## Le judo au cycle 1

L'éveil au JUDO a lieu les lundis après-midi dans EIS SCHOUL. Chaque enfant intéressé des cycles 1.1 et 1.2 (préscolaire) a la possibilité de s'y inscrire. Ils sont accompagnés par un entraîneur spécialisé à tra-

vailer avec ce groupe d'âge et une institutrice.



### En cas de questions:

[marc.hilger@eisschoul.lu](mailto:marc.hilger@eisschoul.lu) ou

[judo@eisschoul.lu](mailto:judo@eisschoul.lu)

## Judo seit 2012

JUDO zählt seit 5 Jahren zu dem Sportangebot der EIS SCHOUL, dies in Zusammenarbeit mit dem Cercle JUDO aus Esch-sur-Alzette. Qualifizierte

Trainer organisieren ein Training für Kinder der Zyklen 2, 3 und 4 sowie ein Training für Kinder des 1. Zyklus, das die Kinder

spielerisch an die Sportart JUDO heranführt.



## Judo in den Zyklen 2, 3 und 4

Das JUDO für Fortgeschrittene findet jeden Donnerstag Nachmittag in der Coque statt, während dem Turnunterricht der Zyklen 3 und 4. Interessierte

Kinder aus den Zyklen 2 haben auch die Möglichkeit hier teilzunehmen. Um dies zu ermöglichen würde der Stundenplan dieser Kinder angepasst. An den

kommenden 4 Donnerstagen **29.9, 6.10, 13.10 und 20.10** finden „Entdeckungstrainings“ statt für alle Kinder der Zyklen 2, 3 und 4. Sollte ein Kind Interesse

haben der JUDO-Gruppe beizutreten, ist das ohne Weiteres möglich unter der Bedingung, dass die JUDO Charta „Immer weiter“ unterschrieben und eingehalten wird.



### Bei Fragen bitte wenden an:

marc.hilger@eisschoul.lu oder judo@eisschoul.lu

## Judo im Zyklus 1

Das Judo für die Kinder des Zyklus 1 findet jeden Montag Nachmittag statt. Hier darf jedes Kind aus der Vorschule (Zyklus 1.1. und 1.2.) sich einschreiben. Die Kinder werden von einem Trainer

begleitet, der gewohnt ist, mit den ganz Kleinen zu arbeiten, und von einer Lehrerin.



Lynn Mossong, Cercle de Judo Esch/s/ Alzette et équipe nationale

## Cycles 2, 3 et 4: inscriptions

Si vous voulez inscrire votre enfant dans le groupe JUDO des enfants des cycles 2, 3 et 4, veuillez signer la charte JUDO en annexe et la rendre au titulaire de classe de votre enfant.



## Zyklen 2, 3 und 4: Einschreibungen

Sollten sie ihr Kind in die JUDO-Gruppe der Zyklen 2, 3 und 4 einschreiben wollen, dann füllen sie bitte die Charta im Anhang aus und geben sie sie an den Lehrer/die Lehrerin weiter.

## Judo since 2012

For 5 years now, JUDO has been one of the sports activities offered by EIS SCHOUL in collaboration with the Cercle de JUDO

of Esch-sur-Alzette. Qualified trainers take care of organising a weekly training for those more advanced children of cycle 2,

3 and 4 as well as an awareness training to JUDO for children of cycle 1.



Discovery-training at la Coque



## Judo in cycle 2, 3 and 4

Advanced JUDO will take place on Thursday afternoons at la Coque during the gym lessons of cycle 3 and 4. For the children of cycle 2 who are interested,

a change of curriculum could be made in order to give them the possibility to participate. The four next Thursdays 29.9, 6.10, 13.10 und 20.10, a discov-

ery-training will be held during the afternoon in order to incite interested children of cycles 2, 3 and 4 to join the JUDO group. If interested, each child



can join the group, provided that they sign and respect the Judo charta « Toujours aller plus loin ».

Ancienne équipe JUDO  
de Eis Schoul



## Judo in cycle 1

JUDO awareness takes place on Monday afternoons at EIS SCHOUL. Each child of cycle 1.1 and 1.2 (pre school) which is interested has the possibility to

sign up. They are accompanied by a trainer specialised in these age groups and a teacher.

## Enrolment for children in cycle 2, 3 and 4

If there are any questions, please contact [marc.hilger@eisschoul.lu](mailto:marc.hilger@eisschoul.lu) otherwise directly the responsible trainer, M. Frédéric Georgery via

[judo@eisschoul.lu](mailto:judo@eisschoul.lu)



Demonstration of JUDO by the experienced pupils of the JUDO team



# PROJET EIS SCHOUL 2016-2017

## TOUJOURS ALLER PLUS LOIN

Le projet consiste à un dépassement de soi sur toute l'année scolaire. L'objectif ultime est de faire une compétition en fin d'année avec tout l'apprentissage que l'on doit acquérir pour cela.

Il faudra également s'entraîner 2 à 4 samedis avant la compétition pour travailler avec d'autres judokas.

A la compétition, vous serez accompagnés par les entraîneurs.

### Charte pour les enfants

Le contrat sera basé sur les valeurs du judo qui seront expliquées, vécues et comprises sur le tatami.

**Respect:** toujours garder un comportement respectueux dans le cadre de l'école, envers camarades, envers le personnel enseignant et socio-éducatif, envers entraîneurs de judo. Respect aussi du matériel judo: veiller à toujours apporter au cours de judo les affaires (judogi, ceinture) indispensables au bon fonctionnement

**Politesse:** respecter les règles de politesse applicables pour toute situation de vie, par exemple dire: «Bonjour», «Merci», «Au Revoir»

**Contrôle de soi:** faire l'effort de toujours garder l'attitude ZEN, dans toute situation du quotidien. Exemple: ne pas utiliser de technique de judo dans la cour d'école

**Amitié:** Faire l'effort de tout mettre en œuvre pour bien s'entendre entre enfants et éviter les disputes (création d'une dynamique positive)

**Sincérité:** Faire preuve de sincérité et d'honnêteté. Exemple concret: ne pas mentir, ni aux entraîneurs, ni aux camarades, ni le personnel enseignant et socio-éducatif (base de la confiance)

**Courage:** puiser le courage nécessaire pour s'investir dans le projet Judo et avoir la bonne volonté de surmonter les difficultés.

**Modestie:** Ne pas se comporter de manière condescendante envers les camarades moins avancés. Exemple concret : ne pas se moquer, rire ouvertement des camarades en difficulté.

Si une de ces règles est transgressée tant sur le tatami que dans le bloc scolaire et périscolaire alors tu recevras un carton jaune. Après avoir reçu 3 cartons jaunes, tu ne pourras plus participer à la compétition de fin d'année qui est l'ultime but.

Entraîneur

Président  
du comité de l'école

Élève

Parents

Georgery Frédéric

Hilger Marc



# PROJEKT EIS SCHOUL 2016-2017

## IMMER WEITER

Das Projekt zielt darauf hin, dass die Schüler während dem ganzen Jahr versuchen, über sich hinauszuwachsen. Letztendlich geht es darum, dass die Schüler und Schülerinnen darauf hinarbeiten, an einem Turnier am Ende des Schuljahres teilzunehmen. Zwecks einer guten Vorbereitung werden wir vor dem Turnier an 2 bis 4 Samstagen mit anderen Judokas trainieren.

Eure Trainer werden euch zum Turnier begleiten.

### Charta der Kinder

Dieser Vertrag basiert auf den Werten des Judo, welche auf dem Tatami erklärt, erlebt und verstanden werden.

**Respekt:** sich insgesamt in der Schule respektvoll betragen, gegenüber Schulkameraden und -kameradinnen, Schul- und Erziehungspersonal sowie Judo-Trainern. Außerdem gilt eine respektvolle Handhabung der Judoausrüstung: stets das benötigte Material (Judogi, Gürtel) mitbringen.

**Höflichkeit:** stets Grundregeln der Höflichkeit anwenden, welche in jeder Lebenssituation benötigt werden. Zum Beispiel: "Hallo", "Danke", "Auf Wiedersehen" sagen.

**Selbstkontrolle:** sich stets bemühen, ZEN zu bleiben, in jeder Situation des Alltags. Beispiel: niemals eine Judotechnik im Schulhof anwenden.

**Freundschaft:** Sich um ein gutes Verständnis mit anderen Kindern zu bemühen und Streit zu vermeiden (Schaffung einer positiven Gruppendynamik)

**Aufrichtigkeit:** Ehrlich und aufrichtig sein. Beispiel: niemanden anlügen, weder die Trainer, die Schulkameraden und -kameradinnen, noch das Schul- und Erziehungspersonal (Basis des Vertrauens)

**Mut:** den Mut zeigen, der nötig ist, um sich in das Judoprojekt einzubringen und den Willen haben, Schwierigkeiten zu überwinden

**Bescheidenheit:** Nicht herablassend mit den Kindern umgehen, welche noch nicht am selben Stand ihrer Entwicklung sind. Beispiel: Klassenkameraden in Schwierigkeiten nicht verspotten oder auslachen.

Falls eine dieser Regeln überschritten wird - egal ob im schulischen, außerschulischen Bereich oder auf dem Tatami - erhältst du eine gelbe Karte. Nach 3 dieser gelben Karten wirst du keine Gelegenheit mehr haben, das Ziel zu erreichen. Du wirst also nicht mehr an dem Turnier am Ende des Schuljahres teilnehmen dürfen.

Trainer

Präsident  
des Schulkomitees

Schüler

Eltern

Georgery Frédéric

Hilger Marc