

# JUDO CONFINEMENT : amusons nous quand même

---

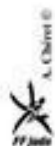
## ÉPISODE 1

COLORIE LES PRISES QUE TU CONNAIS ET ESSAYE DE LES REPRODUIRES SUR UNE PERSONNE DE TA FAMILLE



Yoko-shiho-gatamé

LA PRISE DE L'OREILLER



Kami-shiho-gatamé

LA PRISE DU CASQUE

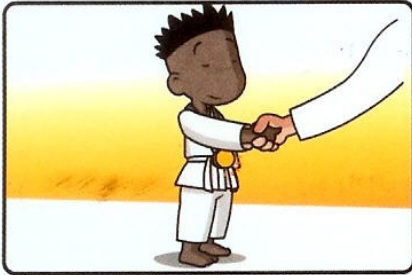


**Tate  
Shiho  
Gatame**  
(Osaekomi  
Waza)  
Voir la fiche  
technique

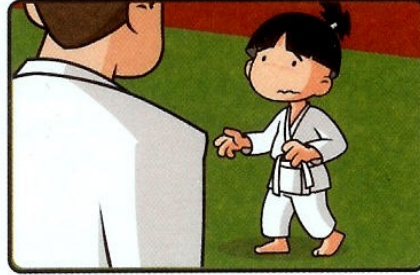
LA PRISE DE LA MOTO

## TE SOUVIENS TU DU CODE MORAL DU JUDO ET DES SES VALEURS ?

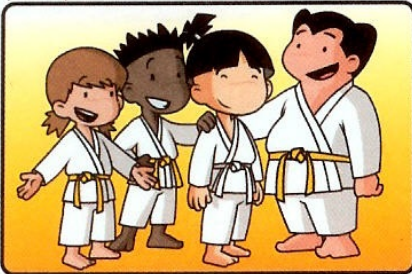
**La modestie** c'est parler de soi-même sans orgueil



**Le courage** c'est faire ce qui est juste



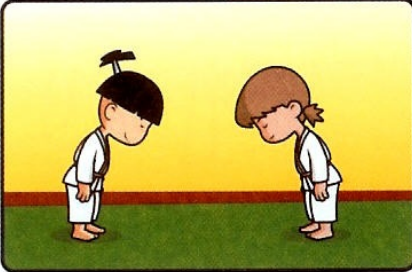
**L'amitié** c'est le plus pur des sentiments humains



**Le contrôle de soi** c'est savoir se taire lorsque monte la colère



**La politesse** c'est le respect d'autrui



**L'honneur** c'est être fidèle à la parole donnée



**Le respect** sans respect aucune confiance ne peut naître



**La sincérité** c'est s'exprimer sans déguiser sa pensée



A très vite pour l'épisode 2

DRIF Youssef