

À Bruay, le judo club a fait sa rentrée avec une petite nouveauté

Depuis le 3 septembre, le club de judo a repris les cours sous l'enseignement de Nadège Canonne et Nicolas Goffo.



Le judo club de Bruay-sur-Escaut a fait sa rentrée avec une section marche nordique dispensée par Alain Goffo, à gauche.

Tous deux sont diplômés en judo et titulaire du PSC1. Si le judo commence ici à 4 ans, il est possible, pour les plus petits, dès 18 mois, d'avoir accès à des cours de motricité (petite enfance) avec Nadège. Pour les adolescents, dès 14 ans, et les adultes, Nicolas, titulaire du diplôme international de préparation physique, donne aussi des cours de remise en forme.

Mais la grande nouveauté de la saison est l'ouverture d'une section marche nordique piloté par Alain Goffo, président du club. « *Les mamans des judokas venant en préparation physique souhaitaient avoir une autre séance de sport* ». Face aux emplois du temps des professeurs, le choix s'est porté sur la tendance du moment. En fonction des compétitions de judo, des sorties le week-end sont proposées.

Renseignements sur le site du club :

<https://judobruay.jimdo.com>. Lundi de 20 h à 21 h 15, préparation physique ; mardi et jeudi de 18 h à 18 h 45, judo babies ; de 18 h 45 à 19 h 45, judo moyens ; de 19 h 45 à 21 h, judo grands. Mercredi de 17 h à 17 h 45, petite enfance. Jeudi de 18 h 45 à 19 h 45, marche nordique.