



Le jujitsu pour tous : Tome 1

Claude Fradet

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Le jujitsu pour tous : Tome 1 Claude Fradet

 [Download Le jujitsu pour tous : Tome 1 ...pdf](#)

 [Read Online Le jujitsu pour tous : Tome 1 ...pdf](#)

Le jujitsu pour tous : Tome 1

Claude Fradet

Le jujitsu pour tous : Tome 1 Claude Fradet

Téléchargez et lisez en ligne **Le jujitsu pour tous : Tome 1 Claude Fradet**

64 pages

Présentation de l'éditeur

La progression des techniques décrite dans cet ouvrage est la progression officielle de la Fédération française de judo. Présentée ceinture par ceinture ce livre concerne les débutants (ceintures blanche, jaune et orange).

Ce premier volume présente :

La garde

Ashi-waza (techniques de pieds)

Te-waza (techniques des mains)

Parades et blocages

Défenses

Higi (coude) et Atama (tête)

Ce premier volume traite du Programme d'apprentissage pour les élèves débutants c'est-à-dire des deux premières années de pratique. Biographie de l'auteur

Claude FRADET, fut le dessinateur de la Fédération française de judo pendant plus de 30 ans. Tous les professeurs et les pratiquants adultes de judo et jujitsu se souviennent de sa façon de croquer les pratiquants dans la presse et la justesse avec laquelle, en quelques traits bien sentis, il reconstituait les éléments importants de chaque mouvement.

Claude découvrit le judo en 1948 dans l'Armée et obtint sa ceinture noire en 1965. Il commença sa carrière de dessinateur aux studios de dessins animés Albert Dubout en 1946. En 1950, il devint journaliste et écrivit des articles qu'il illustra pour la revue fédérale Judo. De 1972 à 1975, il fut rédacteur en chef du magazine France Judo puis de Judo Magazine de 1975 à 1993, date à laquelle il prit sa retraite. Il décéda en 2009.

Download and Read Online **Le jujitsu pour tous : Tome 1 Claude Fradet** #0NOYCVD7HFL

Lire Le jujitsu pour tous : Tome 1 par Claude Fradet pour ebook en ligneLe jujitsu pour tous : Tome 1 par Claude Fradet Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Le jujitsu pour tous : Tome 1 par Claude Fradet à lire en ligne.Online Le jujitsu pour tous : Tome 1 par Claude Fradet ebook Téléchargement PDFLe jujitsu pour tous : Tome 1 par Claude Fradet DocLe jujitsu pour tous : Tome 1 par Claude Fradet MobipocketLe jujitsu pour tous : Tome 1 par Claude Fradet EPub
0NOYCVD7HFL0NOYCVD7HFL0NOYCVD7HFL