



CIRCULAR N° 223 DE FECHA 19 DE NOVIEMBRE DE 2010

ASUNTO: II FESTIVAL DE JUDO INFANTIL “JUDOLANDIA”

LUGAR: Centro de Tecnificación Deportiva de Judo y DA. PDM Villaviciosa de Odón. C/León, 59

FECHAS Y HORARIOS: 18 de diciembre de 2010 de 10:00 a 21:00 horas.
19 de diciembre de 2010 de 10:00 a 21:00 horas.
24 de diciembre de 2010 de 10:00 a 14:00 horas.

La Federación Madrileña de Judo y D.A. organiza unas jornadas abiertas a todos los clubes afiliados para exhibiciones, festivales, etc. que se denomina “JUDOLANDIA”.

Se presenta en **tres formatos** diferentes de una hora de duración, eligiendo cada club el que más le interese. El tiempo de práctica en el tatami serán **30 minutos**; a los niños se les citará 15 minutos antes de su actuación en el “Punto de Encuentro” y una vez acabada la exhibición se les indicará la salida donde recogerán sus regalos (obsequios por parte de la Federación Madrileña de Judo y sus patrocinadores: NKL, Kellogs, Coca Cola, iberCaja...) en lo que se invertirán otros 15 minutos.

1ª Opción: Grupos de mínimo 150 niños que quieran hacer un trabajo libre pudiendo ser todos de un mismo club o varios afines y de acuerdo con los profesores.

2ª Opción: Profesores de esta Federación realizarán una “Clase Temática” dirigida principalmente para niños de 4 a 12 años (JUDOLANDIA, personajes de la tele, concurso de juegos...) se juntarán clubs hasta alcanzar un mínimo de 150 niños.

3ª Opción: A cada club se le asignará un tatami, un profesor central irá marcando los ejercicios que irán realizando cada entrenador con sus alumnos. Se juntarán clubs hasta alcanzar un mínimo de 150 niños.

Guion de la 3ª opción:

- *Ejercicios estáticos básicos de calentamiento*
- *Por parejas, con el nudo en la espalda, intentar ponerle el nudo en su sitio.*
- *Un tatami es elegido, se pone a 4 patas, tienen que eliminar a todos los demás que están de pie.*
- *Cada uno en su tatami, de pie en filas y mirando a la grada realizan al tiempo:*

Ushiro ukemi sentados

Ushiro ukemi en cuclillas

Ushiro ukemi de pie

- *Un tatami es elegido, se ponen sentados, tienen que eliminar a todos que están de rodillas.*
- *Judo suelo: Todos los niños realizarán al tiempo las inmovilizaciones, uno hace Gesa Gatame y Kami shiho Gatame, el otro, Yoko Shiho Gatame y tata Shiho Gatame.*
- *Randori suelo (solo uno)*
- *Judo pie, cada niño realizara su mejor técnica él solo, los demás sentados, cada profesor dirá en su tatami que niño va saliendo.*
- *Randori pie (solo uno)*
- *Juego final. El pirata, a uno de cada tatami se le entrega una espada (un churro de piscina cortado) tiene que intentar tocar al resto, al que le den se la liga y es el pirata.*

Inscripciones, información y reserva de hora: Hasta completar el cupo por hora, por riguroso orden de recepción, al correo electrónico promoción@fmjudo.net. Es imprescindible enviar las hojas de inscripción rellenas en todos sus apartados, adjuntando las correspondientes **autorizaciones paternas**.