



# Ju-Jitsu Brésilien

## Le JuJitsu Brésilien

### Qu'est ce?

Le jiu-jitsu brésilien est un sport de combat de préhension, un type de Lutte au corps-à-corps, provenant du Brésil comme son nom l'indique. C'est une lutte qui se passe majoritairement au sol, et qui peut se jouer avec ou sans kimono (sans kimono on l'appelle lutte Grappling).

### A quoi ça ressemble?

Ça ressemble à un mélange entre de la Lutte Libre, du Judo et du Catch, le but du jeu est d'amener le partenaire au sol, puis une fois au sol, d'utiliser des positions de contrôle et des prises pour faire abandonner le partenaire et remporter la victoire lors d'une opposition.

### Vous en faire une idée

Pour se faire une idée et comprendre cette activité, vous pouvez chercher sur internet (Jiu-jitsi brésilien ou Grappling), et aussi regarder ça en image sur une plate forme de vidéo en ligne en cherchant par exemple avec « BRAZILIAN JIU-JITSU », « BJJ HIGHLIGHT », « BRAZILIAN JIU-JITSU KIDS » ou bien avec « BJJ KIDS »



**Le comité départemental FSGT 29** est l'instance départementale de la Fédération Sportive et Gymnique du Travail qui délègue son projet au niveau régional puis départemental. Ses principes directeurs sont *la convivialité et le lien social, la vie démocratique et la concertation, la mutualisation et la solidarité, l'environnement durable, la participation et l'accès de tous à la culture des Activités Physiques et Sportives (participation, acquisition de connaissances et de compétences)*. En qualité de fédération de clubs, il croit en la plus-value du bénévolat pour les individus et la vie associative; aussi, il entend faciliter la mise en réseau des clubs et activités et la mise en œuvre des projets.

## Le Jujitsu Brésilien dans le Finistère

C'est un panel de propositions avec un encadrement qualifié

- Des ateliers ouverts à tous –de tous âges et tous niveaux- au local de l'asso Coucou Recou' à Recouvrance et au centre social de Kerangoff
- Une section enfant (5-10 ans) au centre social de Kerangoff
- Une section ado (11-16 ans) au centre social de Kerangoff
- Une section adulte (+16 ans) au gymnase des 4 moulins



Avoir son association ou une section de celle-ci affiliée au Comité FSGT 29, c'est s'assurer de bénéficier

- D'organisations de qualité portées par des commissions d'activité avec des rencontres ayant généralement lieu en semaine, en soirée à des coûts limités.
- D'un accompagnement du comité départemental (et des membres de la commission d'activité) pour
  - Vos projets de formation au sein de votre club
  - Vos actions et projets, tant pour la logistique que pour la mise en œuvre ou le financement
  - Les formalités administratives liées aux obligations des associations
    - Répondre à vos besoins et interrogations liées aux assurances
    - Vos relations avec les institutions locales
  - Faciliter la mise en relation des clubs et activités
  - Vos demandes d'aides et de subventions
  - La participation à des rencontres fédérales et leur organisation
  - La mise en place de championnats dans des secteurs non couverts à ce jour

### A savoir!

Il vous est possible au sein de la même association, pour la même activité d'être affilié à une Fédération Française et à la FSGT, permettant ainsi aux pratiquants de choisir leur pratique ou de pratiquer dans les deux sections. Pour cela, il vous suffira de créer 2 sections distinctes, l'une F.F., l'autre FSGT.

Contact :

- [Comite@sportfsgt29.asso.fr](mailto:Comite@sportfsgt29.asso.fr) | 0298470707

La liste des clubs est disponible sur le site de la FSGT 29: [Liste des Clubs](#)