



Le soutien permet de gagner confiance en soi, le challenge permet de progresser et grandir.



Derrière chaque médaille, il y a la patience, le courage et la passion.

L'amitié fait partie de notre code moral ; parce qu'au judo, on ne fait rien sans l'autre.



Ton environnement est le reflet de ce que tu es.

Secrets de JUDO INSPIRATION JUDO AGENDA 2022



La valeur n'attend point le nombre des années.



Transmettre, c'est faire perdurer
les traditions en laissant
l'innovation s'en mêler.



Le dojo, ce lieu où l'on progresse toute sa vie, où l'apprentissage est infini.

Dans le monde entier, il y a des tatamis qui
accueillent et qui font grandir les judokas.



Le succès vient de la curiosité, de la concentration, de la persévérance et de l'auto-critique.

Au judo, l'efficacité et la beauté ne font qu'un. Les uns chercheront la première, les autres la deuxième, mais tous chercheront, encore et encore.

JANVIER

01



Raph, judoka et jeune arbitre au Faubourg de Béthune Judo Club Lillois.

La valeur

n'attend point le nombre des années.

Objectif principal de ce mois :

.....

.....

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Ce que je veux retenir, mes accomplissements :

.....

.....

.....

.....

FEVRIER

02



Fabrice LANDAIS, coach du Judo Bergerac, dans les yeux du judoka Thomas.

Le soutien

permet de gagner confiance en soi,

le challenge

permet de progresser et grandir.

Objectif principal de ce mois :

.....

.....

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	1	2	3	4	5	6

Ce que je veux retenir, mes accomplissements :

.....

.....

.....

.....

MARS

03



Photo de Kozo Tsumura Sensei, Kodokan, Tokyo, Japon.

**Ton environnement
est le reflet de
ce que tu es.**

Objectif principal de ce mois :

.....

.....

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
28	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

Ce que je veux retenir, mes accomplissements :

.....

.....

.....

.....

AVRIL

04



Morgane, du Stade Bordelais, dans l'Oeil du Margoulat (J.-B. Dalleau)

La force du judoka,
c'est qu'il se relève.
Toujours.

Objectif principal de ce mois :

.....

.....

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1

Ce que je veux retenir, mes accomplissements :

.....

.....

.....

.....

MAI

05



Enzo, passionné de judo depuis ses 4 ans.

Derrière chaque médaille,
il y a la patience, le courage...
et la passion.

Objectif principal de ce mois :

.....

.....

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5

Ce que je veux retenir, mes accomplissements :

.....

.....

.....

.....

JUIN

06



Photo de Kozo Tsumura Sensei, Tokyo, Japon.

Transmettre,

c'est faire perdurer les traditions en laissant
l'innovation s'en mêler.

Objectif principal de ce mois :

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	1	2	3

Ce que je veux retenir, mes accomplissements :

Juillet Août

07-08



Photo de Kozo Tsumura Sensei, Tokyo, Japon.

Le succès

vient de la curiosité,
de la concentration,
de la persévérance
et de l'auto-critique.

Objectif principal pour cet été :

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

Ce que je veux retenir, mes accomplissements :

SEPTEMBRE

09



Dojo du 7ème étage, Kodokan, Tokyo, Japon

Le dojo,

ce lieu où l'on progresse toute sa vie,
où l'apprentissage est infini.

Objectif principal de ce mois :

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
27	28	29	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	1	2

Ce que je veux retenir, mes accomplissements :

OCTOBRE

10



Judokas du dojo Castelnau-d'Aud

L'amitié

**fait partie de notre code moral ;
parce qu'au judo,
on ne fait rien sans l'autre.**

Objectif principal de ce mois :

.....

.....

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Ce que je veux retenir, mes accomplissements :

.....

.....

.....

.....

NOVEMBRE

11



Kozo Tsumura Sensei, Kodokan, Tokyo, Japon.

Au judo,

l'efficacité et la beauté ne font qu'un.

Les uns chercheront la première,

les autres la deuxième,

mais tous chercheront, encore et encore.

Objectif principal de ce mois :

.....

.....

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Ce que je veux retenir, mes accomplissements :

.....

.....

.....

.....

DECEMBRE

12



Projet de solidarité au Népal, avec Morgan Girardot

Dans le monde entier,

il y a des tatamis qui accueillent
et qui font grandir les judokas.

Objectif principal de ce mois :

.....

.....

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

Ce que je veux retenir, mes accomplissements :

.....

.....

.....

.....

Merci à tous les judokas et clubs qui ont participé à cet agenda avec leur photo.

Retrouvez Secrets de Judokas



secretsdejudoka.com

