

Jean-François CHEDUMBRUN

39 chemin du Fouettant
79220 Sainte-Ouene

☎ 06.80.78.54.58
✉ jf.chedum@yahoo.fr

Permis B, véhiculé

Professeur de judo



COMPETENCES

- Organisé, rigoureux, sens de la discipline, pédagogue : diversification des méthodes d'apprentissage, mise en place de pratiques ludiques, adaptation aux capacités des élèves.
- Enseignement auprès d'enfants (à partir de 6 ans), d'adolescents et d'adultes de tous âges.
- Enseignement du Jujitsu et Taïso, adapté selon la tranche d'âge (à partir de 14 ans).
- Maîtrise du Ne-waza (Osae-komi-waza, Shime-waza, Kansetsu-waza).
- Maîtrise du Tachi-waza (Koshi-waza, Te-waza, Ashi-waza, Sutemi-waza).
- Maîtrise des Kata (Nage-no-kata, Goshin, Katameno-kata), connaissance du Gonosen et Kime-no-Kata.
- Préparation physique en vue des compétitions, accompagnement et coaching sur tout type de compétition.
- Organisation et animation de stages pendant les vacances scolaires, pour des élèves de tout âge.

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

- 2014-2018** **Professeur de judo, clubs de Chauray et d'Aiffres (79).**
✓ Cours pour enfants de 6 à 11 ans, 4 fois par semaine (groupe de 20).
✓ Cours pour adolescents et adultes, 4 fois par semaine (groupe de 15/20).
- 2010-2014** **Aide professeur de judo, club d'Echiré (79).**
✓ Cours de Jujitsu pour adolescents et adultes à partir de 14 ans, 1 fois par semaine (groupe de 15/20).
✓ Cours de judo pour adolescents et adultes, 1 fois par semaine (groupe de 20/30).
✓ Organisation et animation de stages pendant les périodes scolaires.
- 1996-2000** **Aide professeur de judo, Arts Martiaux Robinsonnais, le Plessis-Robinson (92).**
✓ Cours dans les mini-clubs auprès d'enfants entre 6 et 9 ans, 2 fois par semaine (groupe de 20).

FORMATIONS

- 2014** **Obtention du Certificat de Qualification Professionnelle (Professeur d'Arts Martiaux).**
- 2014 et 2018** **Brevet de secouriste**

PARCOURS PERSONNEL

✓ **Pratique du judo depuis 1983**

- 2018-2019** Judo Club de Frontenay-Rohan-Rohan (79).
2008-2014 Club Shin Ghi Tai, Echiré (79).
2005-2008 Judo Club d'Echiré (79).
2004-2005 Judi Club de Benet (85).
1990-2004 Arts Martiaux Robinsonnais, Le Plessis-Robinson (92).
1983-1990 Club Sportif et de Loisirs de la Gendarmerie, Le Plessis-Robinson (92).

✓ **Grades**

1987 Ceinture noire
2011 2^{ème} DAN
2014 3^{ème} DAN

✓ **Vie associative**

2002-2004 Président des Arts Martiaux Robinsonnais (Plessis-Robinson, 92).
2007-2008 Président du Judo club d'Echiré (79).