

Vendredi 30 avril et samedi 1 er mai, le judo club d'Arçonnay a débuté les cours en extérieur. Les judokas ont été ravis de se retrouver pour mettre en pratique les cours dispensés en visio.

La pratique sportive est bien évidemment réalisée dans le respect des mesures sanitaires actuelles : pratique individuelle et sans contact des participants. Au programme pour ces prochaines semaines : renforcement musculaire et préparation physique dans l'attente de la réouverture du dojo d'Arçonnay et de la reprise du judo en tant que sport de contact.