STAGE DE JUDO

LUNDI 23 & MARDI 24 OCTOBRE 2023

Encadrement : Salim Ibrahimi (en formation CQP)
Patrick Pereira (Ceinture Noire)

Lieu : Dojo de l'annexe du gymnase de Valdahon
Affaires à prévoir : Kimono, survêtement, vêtements extérieur, baskets, claquettes, eau …

Horaires, programme et tarifs :

	LUNDI 23/10	MARDI 24/10
Matin (09h00-12h00)	**Groupe 1** : Parcours de motricité puis judo **Groupe 2** : Préparation physique en extérieur puis judo	**Groupe 1** : Judo puis jeux en extérieur (si la météo le permet) **Groupe 2** : Préparation physique en extérieur puis judo
Temps méridien	**Groupe 2 :** repas / jeux de société	**Groupe 2 :** repas / jeux de société
Après midi (13h30-16h30)	**Groupe 2** : Judo (technique + randoris)	**Groupe 2** : Judo (technique + randoris)

Groupe 1 : Enfants nés entre 2015 et 2017 : 7€ par demi-journée.
Groupe 2 : Enfants nés en 2014 et avant : 14€ par journée.
Accueil à partir de 08h45 et garderie jusqu'à 16h45
! Prévoir un repas tiré du sac pour le groupe 2 !

Inscription :

Coupon réponse ci-dessous à remplir et à remettre avec le règlement (espèces ou chèque libellé à l'ordre du Judo Club Valdahon) à Dylan avant le **vendredi 20 octobre 2023.**

En fonction des places restantes.

……....

Coupon réponse

Nom et prénom de l'enfant..... Groupe.……

Jours de présence (rayer les mentions inutiles) : Lundi / Mardi

Je soussigné(e)…….… autorise mon enfant à participer au stage de judo et laisse le soin à l'organisateur de prendre toutes les dispositions nécessaires en cas d'accident.

Règlement : Espèces : ☐ Chèque : ☐

Tél……..……. Signature :