



# STAGE JUDO

## Janvier 2018

DE MINI POUSSINS à BENJAMINS (De 2011 à 2006)  
Au gymnase du Lycée SAINT PAUL 4  
Du Lundi 15 au Vendredi 19 Janvier 2018

Le JCO 974 organise un stage de judo au Gymnase du Lycée SAINT PAUL 4, encadré par les professeurs et plusieurs assistants, afin de diversifier les séances de Judo. En vue de préparer la nouvelle saison 2017-2018 (compétitions et animations), il est nécessaire voire indispensable que votre fils/fille participe activement à ce stage.

Les repas et les goûters sont pris en charge.

### AU PROGRAMME :

<b>LUNDI 15</b>	JUDO
<b>MARDI 16</b>	JUDO + ACTIVITES DIVERSES
<b>MERCRI 17</b>	JUDO + SPORT COLLECTIF
<b>JEUDI 18</b>	RANDONNEE en journée
<b>VEND 19</b>	COURS NE-WAZA + POT DE FIN DE STAGE

**Participation demandée : 80€.** Possibilité de payer par chèque à l'ordre du J.C.O. 974 ou en espèces).

### Horaires :

Lundi : 13h30 – 16h00

Mardi au jeudi 8h30 – 16h00

Vendredi : 8h30 – 12h00

**Trousseau à prévoir :** Kimono, ceinture, tenue et chaussures de sports, casquette, protection solaire, Bouteille d'eau, (jeux de société)

***pas de jeux électronique (console, PSP, Nitendo DS etc...)***

**Le coupon d'inscription accompagné du règlement est à rendre impérativement avant le 17 Décembre 2017 à votre professeur, ou par mail : [secretariat.jco974@gmail.com](mailto:secretariat.jco974@gmail.com)**

**Infos : Secrétariat JCO 974 : 0692 70 36 54**

---

### STAGE JUDO

**A RENDRE AVEC LE REGLEMENT AVANT LE 17/12/2017**

Nom :

Date de naissance :

Prénom :

Régime alimentaire :

Tel :

Dojo :