

Stage judo jujitsu

Activités : initiation jujitsu combat (fighting system), judo, jeux collectifs

Le judo DA MONTESSON organise un stage de Rentrée pendant les vacances de la Toussaint, pour les jeunes de plus de 7 ans, sous la direction de Benoit HERMAN enseignant diplômé de la section judo, ju jitsu,

Programme :

- 8h30 à 9h00 : Accueil
- 9h : Educatif Judo jujitsu,
- 10h Ne waza (travail au sol)
- 11h Initiation fighting system
- 12h à 14h Pause déjeuner
- 14h Taichi waza (travail debout – projections)
- 15h Jeux collectifs
- 16h30 fin du stage

JUDO - D.A - MONTESSON
DOJO : 65 Avenue Gabriel Péri
78360 MONTESSON
Tél. 09 82 39 54 31
www.judo-da-montesson.fr
Siret 384 343 562 00011

Afin d'organiser aux mieux ce stage, nous souhaitons connaître le plus rapidement possible vos intentions. Pour la pause déjeuner les enfants doivent apporter leur pique-nique et peuvent ramener des jeux de sociétés

Ce stage est prévu les **mardi 22 octobre, mercredi 23, jeudi 24 octobre 2019** .

De 8h45 à 16h30 au Dojo – 65 av Gabriel Peri – 78360 Montesson

Frais de participation: 50 € pour les 3 jours ou 25€ par jour pour les licenciés du club. (pour les non licenciés la participation sera majorée de 40€ pour couvrir des frais d'assurance et un certificat médical d'aptitude à la pratique du judo-jujitsu sera demandé).

Le stage est limité à 25 participants. Il pourra être annulé si le nombre de participants est inférieur à 10.

Bulletin d'inscription à remettre impérativement avant le samedi 12 octobre 2019

Nom: _____ Prénom: _____ licencié club : oui-non

Adresse: _____

Tel: _____

Je réserve le stage : du _____ au _____
NB de Places.

Et verse la somme de: _____ chèque, espèces

Signature: _____