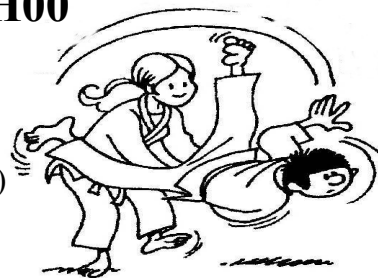


# STAGE SPORTIF AU JUDO CLUB LE POIRE SUR VIE

## Le 22 et 23 avril 2013 de 9H30 à 17H00

Lieu du stage: Dojo du Poiré sur vie(salle de la montparière)

Public: Pré-poussins(es),poussins(es),benjamins(es),Minimes,Cadets(tes)



Planning du stage et horaire

### LUNDI 22 AVRIL

### MARDI 23 AVRIL

	Pré-poussins	poussins	Benjamins Minimes Cadets	Pré-poussins Poussins	Benjamins Minimes Cadets
9H00	Accueil		Accueil	Accueil	Accueil
9H30	Judo nage-waza		Judo nage-waza	Judo nage-waza	Judo nage-waza
10H30	Accro-gym		Judo nage-waza	Circuit gym sportive	Judo nage-waza
11H00	Jeux de sociétés		Circuit d'agilité foot en salle	Jeux de sociétés	Accro-gym Balle aux prisonniers
12H00	Déjeuner		Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
13H00	Film vidéo		Vidéo judo-pause	Film vidéo	Vidéo judo-pause
14H00	Film vidéo		Hokey-judo	Film vidéo	Rugby judo
14H30	Frisebee-Badminton		Judo ne-waza	Frisbee-badminton	Judo ne-waza
15H30	Judo ne-waza		Hand-ball	Judo ne-waza	Badminton Frisbee
16H30	Goûter		Goûter	Goûter	Goûter
16H45	étirements		étirements	Bilan de stage	Bilan de stage
17H00	Fin de stage		-----	-----	-----

A Prévoir pour le stage: judogi(kimono),survêtement,chaussures de sport,pique-nique du midi,barres de céréales, jeux de sociétés pour la pause 11H00/12H00

Encadrement: Bernard JOLLY(diplôme d'état judo & diplôme d'état préparateur physique)  
Johakim JOLLY (assistant ceinture noire niveau national)

Contact: 06 81 53 97 32 & [bernardjollyjudo@gmail.com](mailto:bernardjollyjudo@gmail.com)

Assurance: licence FFJUDO ou garanties personnelles

Coût du stage: 10€ par stagiaires.

**Veillez vous inscrire à l'aide du coupon réponse ci- dessous.Merci de le rapporter au club accompagné du règlement avant le 18 avril 2012.**

-----coupon réponse-----

Nom

prénom:

né le :

tel :

Participera au stage du 22 et 23 avril 2013

Je soussigné,

agissant en qualité de père-mère, reconnaît être informé de l'importance de souscrire des garanties personnelles ou familiales accidents corporels, auprès de mon assureur,et,autorise les responsables du judo-club auquel adhère mon enfant,à prendre en cas d'accidents sérieux dans la pratique du sport,toute descision d'ordre médical et chirurgical,en mes lieu et place,s'il leur est impossible de me joindre en temps voulu.

Fait à

le

Signature précédée de la mention « lu et approuvé »

---