



LA MAISON DU JUDO

Stage d'octobre à LA RAUZE

Co voiturage depuis Boutonnet

<u>Lundi 30/10/17</u>	<u>Mardi 31/10/17</u>	<u>Mercredi 01/11/17</u>	<u>Jeudi 02/11/17</u>	<u>Vendredi 03/11/17</u>
08h30 : Accueil	08h30 : Accueil	08h30 : Accueil	08h30 : Accueil	08h30 : Accueil
9h00 - 12h00 : Footing/Taïso/ JUDO	10h00-12h00 : Footing/Taïso/ JUDO	10h00-12h00 : Footing/ Taïso/ JUDO	10h00-12h00 : Footing/Taïso/ JUDO	10h00-12h00 : Footing/Taïso/ JUDO
12h-14h : Repas et temps calme	12h-14h : Repas et temps calme	12h-14h : Repas et temps calme	12h-14h : Repas et temps calme	12h-14h : Repas et temps calme
14h00-17h00: Balle américaine - ballon prisonnier	14h00 - 17h00: Piscine	14h00 - 17h00: Hand / Foot / relaxation	14h00 - 17h00: Course d'orientation	14h00 - 17h00: challenge par équipe

Les repas sont tirés du sac.

Ouvert aux enfants à partir de 6 ans

Matériel à apporter : Judo-gi, jogging, baskets, bouteille d'eau et jeux vidéos.

La prise en charge des enfants est à partir de 8H30. (Départ au dojo de Boutonnet 8H30 également)

**Le coût du stage est de 20€ la journée et 75 € le stage.
50 % pour le deuxième enfant de la famille.**

Un encadrant pour 10 enfants maximum. Accompagnant : OLIVIER GIACOMINO et REMI RODRIGUEZ

Pour plus de renseignements contacter: lmjudo@gmail.com

Olivier 06.77.00.61.14

Rémi 06.61.64.42.24

Mon enfant (nom prénom)

Participe au stage les :

Je m'engage à régler la somme de€

@mail :

Signature, nom de la personne et numéro à contacter :

L A M A I S O N D U J U D O - A s s o c i a t i o n l o i 1 9 0 1

Affiliée à la fédération française de judo (SE16340030) / SIRET 48405322800025 Ape : 9312z
93 rue du Faubourg de Boutonnet 34090 Montpellier

tél. : 06-61-64-42-24 E-mail: lmjudo@gmail.com