



Stage de judo de Pré-Rentrée
Saint-Arnoult – Rambouillet - Elancourt
Du jeudi 29/08/2024 – samedi 31/08/2024



Informations concernant le stage de pré-rentrée judo

Dates : Du jeudi **29/08/2024** au Samedi **31/08/2024**

Durée : 3 jours

Horaires : 9h00 – 16h30

Catégories d'âges : Benjamin(e) / Minime / Cadet(te) / Juniors / Séniors

Effectifs : 90 personnes maximum

Prix : **45 €**/ personne (par *chèque* à l'ordre de vos clubs respectifs ou par *espèces*)

Lieux :

**Complexe sportif, 51 rue de Nuisement,
78730, ST ARNOULT EN YVELINES**

Documents à remplir et à joindre : (les documents seront à remettre aux clubs respectifs ou par mail à l'adresse : alexandre-rsj78@hotmail.com)

- Inscription au stage + paiement
- Fiche médicale et Autorisation parentale
- Photocopie de la Carte d'identité recto/verso

Le repas ne sera pas fourni ! Chaque personne devra prendre un repas équilibré !

Programme		
Jeudi 29/08/2024	Vendredi 30/08/2024	Samedi 31/08/2024
Lieu : St Arnoult en Yvelines		
Judo : Ne-Waza / Tachi Waza		
Sport collectif		
Préparation Physique		

Prévoir (pour les 3 jours) :
Tenue de sport complète (prévoir en cas de pluie)
Judogi + claquette
Gourde + Repas équilibré

Les inscriptions se feront via le formulaire. A remettre complétées et signées avant le **12 juillet 2024**

– 90 places maximum –