



HORAIRES JUDO / JUJITSU - Saison 2013 - 2014

www.rs-judo.com

Reprise des cours : Lundi 9 sept 2013 pour tous les judokas et jujitsukas.

Cours	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Baby 1 - 2009 - 4 ans (1 cours par semaine) Baby 2 - 2008 - 5 ans (1 cours par semaine)			17h15/18h00	ou		15h00/15h45
Baby 2 Initiés - 2008 - 5 ans - (cours 3) Mini Poussins 1 - 2007 - 6 ans - (cours 3)			15h15/16h15		17h30/18h30	
Baby 2 Initiés - 2008 - 5 ans - (cours 4) Mini Poussins 1 - 2007 - 6 ans - (cours 4)			16h15/17h15			14h00/15h00
Baby 2 Initiés - Mini Poussins 1 et 2						15h45/16h45
Mini Poussins 2 - 2006 - 7 ans - (cours 1) Poussins 1 - 2005 - 8 ans - (cours 1)	17h30/18h30		13h15/14h15			
Mini Poussins 2 - 2006 - 7 ans - (cours 2) Poussins 1 - 2005 - 8 ans - (cours 2)	18h30/19h30 (confirmés)		14h15/15h15 (confirmés)			
Poussins 2 - 2004 - 9 ans Benjamins 1 - 2003 - 10 ans		17h30/19h00		17h30/19h00		
Benjamins 2 - 2002 - 11 ans Minimes 1/2 2000/2001			18h00/19h30		18h30/19h45	
Minimes, Cadets 97/98/99, Juniors 94/95/96, Seniors à partir de 93, Vétérans à partir de 73			19h30/21h30		19h45/21h30	
Minimes, Cadets, Juniors, Seniors (Katas)	19h15/20h00		19h00/19h30			16h45/17h30
Jujitsu à partir de 2001 et judo technique adultes (débutants)	20h00/21h30					

INDISPENSABLE : un certificat médical daté de moins de 2 mois doit être remis le jour de l'inscription, ce certificat devra attester :

- de la pratique du judo pour le baby judo et les mini poussins 1 et 2, de l'absence de contre indication à la pratique du judo en compétition.
- (à partir de poussin 1)

INSCRIPTIONS : au dojo, Stade du Vieux Moulin, 5 rue de l'Etang d'Or Rambouillet, les mercredi 28/08, 04/09 de 15h00 à 19h00, le mercredi 11/09 de 13h30 à 19h30. Inscriptions possibles au Forum des Associations sportives, le samedi 14/09/2012 de 14h00 à 18h00, Parc du Château.