



LA MAISON DU JUDO

Les vacances sportives du 26 au 30 octobre 2020 à la Rauze:

Description d'une journée type :

| | |
|---------------|---|
| 8H30 – 9H30 | : accueil |
| 10H00 – 12H00 | : Judo (Robin Crespel + Olivier Giacomino) |
| 12H00 – 1400 | : repas + temps calme |
| 14H00 – 16H00 | : activités |
| 16H00 – 17H30 | : temps libre sur tatamis ou en extérieur |

Concernant les activités, on vous propose :

lundi : sport co / mardi : course d'orientation / mercredi : slaqueline / jeudi : acrosport / vendredi : piscine

Le coût du stage est de : 12€ la journée 50 € la semaine

L'accueil est de 8h30 à 17h30.

Entraînement de judo seulement : 5 euros

Matériel à apporter : kimono (à disposition sur place pour les non pratiquants), jogging/short, veste chaude, baskets, bouteille d'eau, masque et gel hydroalcolique.

La prise en charge des enfants est de 8h30 à 17h30. Les repas n'étant pas compris, penser à prévoir un pique-nique (bouteille d'eau obligatoire).

L'association La Maison Du Judo propose des stages les vacances. Tous les matins nous nous retrouvons sur le tatami. Cette fois nous vous proposons de venir au **Dojo de La Rauze**, 419 avenue du docteur Fourcade, 34000 Montpellier. Tram 4 arrêt LA RAUZE

Ouvert aux enfants à partir de 6 ans

Les cours de judo seront divisés en deux parties, une partie technique spécifique pour les plus grand avec Olivier et une partie plus ludique pour les plus jeunes avec Robin.

Inscription sur le site internet : www.lamaisondujudo.com

Pour plus de renseignements contacter Rémi : 06 .61.64.42.24

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 48405322800033 Ape : 8551z

93 rue du faubourg Boutonnet 34090 Montpellier

06-61-64-42-24 ——— lmdjudo@gmail.com