



Association éligible
au PASS'SPORT
(aide 50 € de l'Etat)

Dossier d'inscription

Vous avez choisi de nous confier vos enfants ou de vous inscrire au DOJO PALOIS, et nous en sommes ravis. Vous trouverez les **horaires** des différents cours en **page 2** et la **charte du judoka** en **pages 3 et 4, que nous vous demandons de lire attentivement.**

Le dossier d'inscription comporte :

- la fiche de renseignements à remplir
- pour les **mineurs** : certificat médical à remettre (sur le passeport à partir de benjamin) ou attestation des parents suite au questionnaire de santé. Pour les **majeurs** : certificat médical ou attestation (dans le cadre d'un renouvellement, possible deux fois après le premier certificat et pour les licenciés de la saison précédente).
- une photo (pour les nouveaux)
- la charte du judoka à lire
- la fiche catalogue des tenues du club (commande fin septembre)

!! Nouveauté : Opération parrainage !!

Pour chaque parrainage, 20 € de réduction pour le parrain et 20 € de réduction pour la personne parrainée

Tarifs adhésion club et fédération

- Licence : 40 € (assurance incluse)
- Cotisation club : 10 €

Tarifs des cours

| A ajouter à chaque licence et cotisation | Cours Judo | Eveil 4/5 ans | Taïso ou adulte 1 cours |
|--|------------|---------------|----------------------------|
| Pour 1 personne | 158 € | 98 € | 98 € |
| Pour 2 personnes | 238 € | 178 € | 178 € |
| Pour 3 personnes | 328 € | 248 € | 248 € |
| 4 ^{ème} personne gratuite | | | |

Montant total = Licence + cotisation club + cours

Cas particulier: Bénéficiaire du R.S.A. : 120 € pour 1 personne, 200 € pour 2, 70 € pour les éveils ou le taïso.

Païement

Possibilité de payer en une, deux ou trois fois. Pour le paiement échelonné, les chèques seront pris à l'inscription et encaissés aux périodes suivantes :

- 1^{er} prélèvement à l'inscription
- 2^{ème} prélèvement en Janvier
- 3^{ème} prélèvement en Avril

Tenue fournie

A chaque inscription d'un enfant fréquentant l'école primaire ou maternelle, **un judogi (kimono) sera fourni par le club (neuf ou d'occasion).** Il sera restitué propre par les familles en fin de saison.

Remboursement

Les remboursements en cours d'année pour les paiements en une fois ne pourront être effectués que dans les 2 cas suivants : **déménagement ou blessure.**

Renseignements : contact@dojopalois-judo.fr

Dojo : Gymnase Léo Lagrange – Rue Jean Genève – 64 000 PAU

Email : contact@dojopalois-judo.fr

Site : www.dojopalois-judo.fr ou Facebook: <https://www.facebook.com/groups/dojopalois>



HORAIRES DES COURS

Lundi

17h30 / 18h30 : Mini-Poussins (6/7 ans)
18h30 / 19h30 : Poussins (8/9 ans)
19h30 / 21h00 : A partir de cadets (14 ans)

Mercredi

17h15 / 18h45 : Benjamins / Minimes (10/13 ans)
19h00 / 21h00 : A partir de cadets (14 ans)

Jeudi

18h / 19h15 : Poussins (8/9 ans)
19h30 / 21h00 : Judo Loisirs (Taïso / Ju Jitsu / Chambara)

Vendredi

17h30 / 18h15 : Eveil 4/5 ans
18h15 / 19h45 : Benjamins et minimes (10/13 ans)
19h30 / 21h00 : A partir de cadets (14 ans)

Samedi

10h / 10h45 : Eveil 4/5 ans
11h / 12h15 : Mini-Poussins (6/7 ans)

Dojo : Gymnase Léo Lagrange – Rue Jean Genève – 64 000 PAU

Email : contact@dojopalois-judo.fr

Site : www.dojopalois-judo.fr ou Facebook: <https://www.facebook.com/groups/dojopalois>



CHARTRE DU JUDOKA

Chers parents, chers judokas,

Voici quelques explications et principes de fonctionnement de notre club.

Le DOJO PALOIS est une **association loi 1901** dans laquelle la **responsabilité administrative** incombe aux dirigeants et la **responsabilité technique** aux enseignants.

Participation aux cours

➤ La tenue du judoka se compose : d'un judogi (ou kimono), d'une ceinture, d'une paire de tong (pour se déplacer en dehors du tapis), d'une bouteille d'eau (à poser au bord du tapis), et pour une petite **trousse-pharmacie** (bandes adhésives, pansements, ciseaux...).

➤ Il est important de participer de façon régulière aux cours (deux cours par semaine sont conseillés). Le judo est un sport individuel mais au combien collectif, où les progrès des uns permettent les progrès des autres.

Le dojo est un lieu d'étude, aussi, à l'extérieur du tapis, chacun se doit de **respecter le silence pendant les cours**. Toutefois, il est fortement conseillé, notamment chez les petits, de ne pas rester pendant les cours, afin de favoriser les capacités de concentration et les phases d'apprentissage.

Des vestiaires (avec douches) sont à disposition **pour se mettre en tenue avant l'entraînement**, se doucher, et se rhabiller après la séance.

➤ Tout judoka se doit de veiller à son **hygiène corporelle** (judogi propre, ongles coupés, mains et pieds propres), et ne doit pas se déplacer pieds nus en dehors du tapis.

Participation aux rencontres (animations, championnats)

Pour chaque catégorie d'âges, différentes rencontres sont proposées (sauf pour les éveils).

Chez les **mini-poussins et poussins**, elles sont de deux ordres :

- les petits-tigres, animations éducatives avec prestations techniques et combats, où la participation est valorisée plus que la performance.

- les tournois, où chaque judoka fait en général 3 combats, dans un groupe privilégiant des poids similaires. Chaque judoka est récompensé.

A partir de la catégorie des **benjamins**, tournois et championnats rythment le calendrier.

Le judo est un sport d'opposition, aussi son apprentissage passe également par la **participation aux rencontres et ce dès le plus jeune âge**.

La compétition (animation pour les petits) est le seul moyen de mettre en application les acquis techniques, d'évaluer ses progrès, de développer le courage, la confiance en soi, d'apprendre à maîtriser ses émotions. Cela passe par la confrontation à des judokas « inconnus », dans des environnements inhabituels, permettant de vivre des expériences enrichissantes tout en représentant le club avec l'ensemble de ses camarades.

Dojo : Gymnase Léo Lagrange – Rue Jean Genèze – 64 000 PAU

Email : contact@dojopalois-judo.fr

Site : www.dojopalois-judo.fr ou Facebook: <https://www.facebook.com/groups/dojopalois>

Aussi, nous souhaitons vivement que les judokas participent aux différentes rencontres, tournois, championnats qui leurs seront proposés. Le judo est aussi un apprentissage de la vie et la compétition un formidable terrain de préparation.

Inscription aux rencontres

Le mois précédent les rencontres, un mail est envoyé aux familles, avec un lien à remplir pour inscrire les enfants. Trois jours avant chaque compétition, l'enseignant doit engager les judokas (à partir de benjamins) sur l'extranet fédéral.

Attitude et comportement

Sur le tapis et en dehors, chaque judoka doit veiller à adopter une **attitude et un comportement en parfaite harmonie avec les valeurs et les règles du judo** (tenue correcte, salut, respect du partenaire, respect des règles, hiérarchie des grades), que ce soit lors des entraînements ou lors des rencontres.

Responsabilité

Les enfants sont **sous la responsabilité des enseignants durant les cours exclusivement**. Si vos enfants rentrent seuls après l'entraînement, une autorisation écrite des parents sera nécessaire (cocher la case sur la fiche d'inscription).

Vie du club

Le DOJO PALOIS organise différentes manifestations et championnats. Nous comptons sur la participation des parents et des licenciés pour nous aider à **l'organisation de ces événements qui sont de véritables moments de vie associative, indispensables au bon développement du club et de son climat convivial.**

COVID-19

Les activités du club se dérouleront dans le **respect du protocole sanitaire édicté par la FFJDA**. Un mail vous sera envoyé avant la reprise avec les règles à respecter.

Le pass sanitaire sera mis en application dès la rentrée pour les majeurs et à compter du 30 septembre pour 12-17 ans. Pass sanitaire = schéma vaccinal complet / Test PCR ou antigénique négatif de - 48 / Test PCR ou antigénique de rétablissement (d'au moins 11 jours et de - 6 mois).

Très bonne saison à tous,
Frédéric MASSAL
Président du DOJO PALOIS

Dojo : Gymnase Léo Lagrange – Rue Jean Genèze – 64 000 PAU

Email : contact@dojopalois-judo.fr

Site : www.dojopalois-judo.fr ou Facebook: <https://www.facebook.com/groups/dojopalois>