



# LA MAISON DU JUDO

## Stage de MARS à BOUTONNET

Co voiturage depuis hotel de police

<u>Lundi 04/03/2019</u>	<u>Mardi 05/03/19</u>	<u>Mercredi 06/03/19</u>
08h30 : Accueil	08h30 : Accueil	08h30 : Accueil
9h00 - 12h00 : Taïso / JUDO	09h00-12h00 Taïso/ JUDO	10h00-12h00 Taïso/ JUDO
12h-14h : Repas et temps calme	12h-14h : Repas et temps calme	12h-14h : Repas et temps calme
14h00-17h00: FOOT/JUDO RELAXATION	14h00 - 17h00: Parcours gymnique JUDO /STRETCHING	14h00 - 17h00: Challenge /équipes GOÛTER

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 9h00 jusqu'à 17h00 (co voiturage à voir avec Olivier)

**Le coût du stage est de 50 €**

**30€ pour les Benjamins/Minimes/cadets qui font les compétitions officielles**

Pour plus de renseignements contacter: [giacomino\\_o@rocketmail.com](mailto:giacomino_o@rocketmail.com)

**Olivier 06.77.00.61.14**

Mon enfant (nom prénom)

Je m'engage à régler la somme de .....€

@mail :

Signature, nom de la personne et N° à contacter :