

# Stage Interne au Club ENFANTS nés en 2009 et AVANT Labastide Saint Sernin

JEUDI & VENDREDI

29/10/2015

30/10/2015

Dojo de Labastide Saint Sernin

## Fiche d'inscription



**Nom :**

**Prénom :**

**Règlement à l'ordre d'Avenir Judo 31:**

**25.00€ les deux jours  
ou  
15.00€ la journée**

---

Accueil des stagiaires	9 heures
Sports collectifs et Judo Ne-Waza	9h30 à 12h00
Repas « tiré du sac »	12h00 à 13h30
Arbitrage et mise en situation (Temps calme)	13h30 à 14h30
Jeux d'opposition	14h30 à 15h30
Gouters offerts par le club	15h45 à 16h15
Judo Tachi-Waza	16h30 à 18h00

**Pensez à prendre :**

- 1/ Judogi
- 2/ Tenue de sports et chaussures de sports
- 3/ Repas du midi

**Merci et bon stage!**

