



## Programme du stage

Nés en 2008, 2007 et 2006.

(Baby Judo 2<sup>ème</sup> année + Mini-Poussins)

Vous êtes conviés au stage qui se déroulera les **samedi 5 et dimanche 6 juillet 2014**, au dojo de JEAN RIEUX, **157 Avenue Jean Rieux, 31500 - TOULOUSE.**

Il sera animé par Mélanie et Gérald.

Date limite d'inscription vendredi 20 juin 2014

En-dessous de 14 inscrits, AVENIR JUDO 31 se réserve le droit d'annuler le stage

### **Samedi matin**

- 9h00 à 9h30 : Accueil des stagiaires
- 9h30 à 10h30 : Ne Waza (Judo Sol)
- 10h30 à 10h45 : Pause Jus de Fruits + viennoiseries
- 10h45 à 12h00 : Tachi Waza (Judo Debout)
- 12h15 : Fin 1<sup>ère</sup> journée de stage

### **Dimanche après-midi**

- 13h00 à 13h30 : Accueil des stagiaires
- 13h30 à 14h30 : Tachi Waza (Judo debout)
- 14h30 à 15h00 : Arbitrage
- 15h00 à 16h30 : Liaison Debout / Sol
- 16h30 à 17h00 : Etirements
- 17h00 à 17h30 : Goûter de clôture du stage



Vous pouvez transmettre les inscriptions à Gérald ou les envoyer à l'adresse suivante :  
**Avenir Judo 31 – Christine Magueur – 19, rue Claudius Rougenet – Appt 4 – 31500  
TOULOUSE**

**Accompagnées :**

- **Du règlement du stage à l'ordre du Centre Jean Rieux**
- **De la fiche d'inscription renseignée comportant la liste éventuelle des allergies alimentaires pour les mineurs**
- **De l'autorisation parentale renseignée pour les mineurs.**

### **Coût du stage :**

**20€ les 2 demi-journées**

**15€ la demi-journée**

**Pour les stagiaires non adhérents au Centre Jean Rieux, il conviendra de rajouter 3€ correspondant à un prorata d'adhésion au Centre Jean Rieux.**

### **Merci de penser aux choses suivantes :**

**Judogi (kimono) ou tenue de sport, bouteilles d'eau, zoories (claquettes),**

# **BON STAGE !!**



## Fiche d'inscription

**Nom :**

**Prénom :**

**Date de naissance :**

**Club :**

**Adresse :**

**Code postal :**

**Ville :**

**N° Téléphone en cas d'urgence :**

**Allergies alimentaires/Produits interdits:**

### AUTORISATION PARENTALE

Je soussigné(e) Madame, Monsieur .....

Ayant autorité parentale sur l'enfant .....

Autorise les responsables du stage de judo des (préciser dates) à prendre, en cas d'accident sérieux, toutes décisions d'ordre médical et chirurgical, en mes lieux et place, s'il leur est impossible de me joindre en temps voulu.

Signature et date, précédées de la mention « Lu et approuvé »

---