



Stage de Judo - Pâques 2019

- **DATE :** Mardi 23 au Vendredi 26 avril 2019
 - **LIEU :** Judo Club Meyrin, école Bellavista, 39 Av de Vaudagne, Meyrin
 - **PRIX :**
 - 120.- CHF toute la semaine, de 8h30 à 17h30
 - 35.- CHF par jour de 08h30 à 17h30, repas inclus
- Réduction de 50% à la 2^{ème} personne d'une même famille**
Paieement en espèce le 1^{er} jour du stage

PROGRAMME

Judo technique pour tous les niveaux, activités en plein air, piscine
Visite culturelle au musée de l'histoire naturelle

DIRECTION

Younes Kemmoun (2^{ème} dan), Moniteur J&S Enfants & Jeunes

ENCADREMENT

Jimmy Gouvernet (6^{ème} dan), Moniteur J&S

Patrick Blanchut (1^{er} dan), Moniteur J&S Enfants et Jeunes

ASSURANCES

A la charge des participants

RENSEIGNEMENTS

Younes KEMMOUN ☎ 076 616 71 52 & club@judo-meyrin.ch
(Avant et pendant le stage)



BULLETIN D'INSCRIPTION - *Stage de Judo vacances de Pâques 2019*

A renvoyer à **Mr KEMMOUN Younes**, 13 Bis Av de Vaudagne 1217 Meyrin/club@judo-meyrin.ch

Ou à rendre aux moniteurs durant les cours

Nom : Prénom : Né(e) Le :

Adresse :

Tél : Signature des parents :



Stage de Judo vacances de Pâques 2019

Code moral du Judoka

Amitié, respect, courage, Sincérité, honneur, modestie, politesse et contrôle de soi

PROGRAMME

- **MARDI 23** Dès 08h30 *Accueil des stagiaires, présentation des profs*
Mise en place et formation des groupes
10h00 *Judo pour tous*
12h00 *Repas, détente*
14h00 *Judo technique selon les grades*
16h15 *Goûter*
17h30 *Retour dans les foyers*
- **MERCREDI 24** 08h30 *Accueil des stagiaires, footing et exercices en plein air*
10h00 *Judo technique selon les grades*
12h00 *Repas, détente*
13h30 *Départ pour la visite culturelle au musée*
Des sciences naturelles (Goûter sur place)
17h15 *Retour au club*
17h30 *Retour dans les foyers*
- **JEUDI 25** 08h30 *Accueil des stagiaires, footing et exercices en plein air*
10h00 *Judo technique selon les grades*
12h00 *Repas, détente*
14h00 *Piscine*
16h30 *Goûter*
17h30 *Retour dans les foyers*
- **VENDREDI 26** 08h30 *Accueil des stagiaires, footing et exercices plein air*
10h00 *Judo technique selon les grades*
12h00 *Repas, détente*
14h00 *Tournoi de fin de stage*
17h00 *Remise des récompenses*
17h30 *Retour dans les foyers*

Ne pas oublier vos effets personnels Judogi, jogging, baskets et maillot de bain

柔道 = JUDO
道 = DO

