



SAISON 2018 / 2019

judoclub01.wixsite.com/bellegardevalserine

PLANNING

sous réserve de modification en fonction des effectifs

<u>MARDI</u>	16H15 - 17H15 17H15 - 18H15 18h15 - 19H00 19H00 - 20H10	SPORT ADAPTÉ PRÉ-POUSSINS (COURS 1) (*) COURS COMPETITION TAÏSO
<u>MERCREDI</u>	13H30 - 14H30 14H30 - 15H15 15H15 - 16H00 16H00 - 17H00 17H00 - 18H15 18H15 - 19H30 19H30 - 20H 20H - 21H30	PRÉ-POUSSINS (COURS 2) (*) ÉCOLE DE JUDO (COURS 1) (*) ÉCOLE DE JUDO (COURS 2) (*) POUSSINS (*) BENJAMINS MINIMES KATAS / PPG CADETS JUNIORS SÉNIORS
<u>VENDREDI</u>	16H45 - 17H45 17H45 - 18H45 18H45 - 20H00 20H - 21H30	POUSSINS (*) BENJAMINS MINIMES CADETS JUNIORS SÉNIORS
<u>SAMEDI</u>	10H - 12H	PRÉPARATION PHYSIQUE

(*) Pour le bon déroulement des séances d'entraînement les parents ne sont plus admis dans le dojo.

CATÉGORIES D'ÂGES

2013 - 2014	ÉCOLE DE JUDO
2011 - 2012	PRÉ-POUSSINS
2009 - 2010	POUSSINS
2007 - 2008	BENJAMINS
2005 - 2006	MINIMES
2002 - 2003 - 2004	CADETS

judoclub01.wixsite.com/bellegardevalserine



SAISON 2018 / 2019

judoclub01.wixsite.com/bellegardevalserine

1999 - 2000 - 2001

JUNIORS

CERTIFICAT MÉDICAL OBLIGATOIRE

POUR LES DÉBUTANTS : SUR PAPIER LIBRE

POUR LES AUTRES LICENCIÉS : SUR LE PASSEPORT AVEC LA MENTION
« **APTE À LA COMPÉTITION** »

**ATTENTION : SANS CERTIFICAT MÉDICAL AU 15/10/2018, LES
JUDOKAS NE SERONT PLUS ADMIS SUR LE TATAMIS**

COTISATIONS

LICENCE - ASSURANCE - COTISATION CLUB
Dont 37 € de licence reversés à la Fédération Française de Judo

141 € ÉVEIL JUDO - PRÉ-POUSSINS - TAÏSO

168 € POUSSINS - BENJAMINS - MINIMES -
CADETS - JUNIORS - SENIORS

288 € DEUX PERSONNES

371 € TROIS PERSONNES

464 € QUATRE PERSONNES

**Avec la carte PASS'REGION, bénéficiez de 30€ de réduction sur votre
licence sportive annuelle.**

judoclub01.wixsite.com/bellegardevalserine