

JUDO CLUB ATTICHES



STAGE DE JUDO LES 23, 24 ET 25 AVRIL

Début : 9H30
Fin du stage : 16H30

*STAGE BENJAMINS - MINIMES - GADETS

COMME CHAQUE ANNÉE, NOUS ORGANISONS NOTRE STAGE DE JUDO DE 3 JOURS AVEC LE CLUB DE WALLERS, L'OCCASION DE RENCONTRER LES JUDOKAS D'AUTRES CLUBS DANS UNE AMBIANCE CONVIVIALE.

PROGRAMME :



LUNDI - ATTICHES	MARDI - WALLERS	MERCREDI - WALLERS
FOOTING EN FORET JUDO - TECHNIQUE NE WAZA	FOOTING EN FORÊT JUDO - TECHNIQUE TACHI WAZA	JUDO ACTIVITÉS SPORTIVES
PIQUE-NIQUE	PIQUE-NIQUE	PIQUE-NIQUE
ACTIVITÉS SPORTIVES JUDO - RANDORI	ACTIVITÉS SPORTIVES JUDO - RANDORI	PAINTBALL

LE JUDOKAS DEVRONT RAMENER :

* LEUR JUDOGI * DEUX TENUES DE SPORTS DONT UNE POUVANT ÊTRE SALIE (FOOTING EN FORET) * DEUX PAIRES DE CHAUSSURES * LE NÉCESSAIRE DE TOILETTES (DOUCHE) * UN PIQUE-NIQUE * DES CLAQUETTES / TONGUES / ZORRIES * UN SAC POUVELLE (POUR LES AFFAIRES SALES)

INSCRIPTION AVANT LE 13 AVRIL

seb.lesur@gmail.com



COÛT DU STAGE - 45 EUROS

