

# SAISON 2011/2012



OLYMPIQUE JUDO CHEMILLE  
49120 CHEMILLE

- REPRISE DES COURS LE LUNDI 12 SEPTEMBRE 2011
- HORAIRES\*

LUNDI	MARDI	MERCREDI	VENDREDI
<ul style="list-style-type: none"><li>• 15H30 - 16H30 : Taïso/ gymnastique douce</li><li>• 17H30 - 18H45 Judo Mini-Poussins ( 6 - 7 ans )</li><li>• 18H45 - 20H Judo Poussins (8 – 9 ans )</li><li>• 20H15 - 21H15 Taïso (<i>adultes</i>) 21H15 – 21H45 Stretching (<i>adultes</i>)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 17 H30 - 18 H 30 Eveil Judo ( 4 - 5 ans)</li><li>• 18H40 - 19H40 Judo Benjam/Minim (10 - 14 ans)</li><li>• 19H 45 - 20H45 Taïso Stretching (<i>adultes</i>)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 15 H - 16 H Eveil Judo ( 4 - 5 ans )</li><li>• 16 H15 - 17 H15 Judo Mini-Poussins ( 6 - 7 ans )</li><li>• 17 H30 - 18 H 30 Judo Poussins (8 – 9 ans )</li><li>• 19H - 20H : Taïso (<i>adultes</i>)</li><li>• 20H15 - 21H45 Jujitsu (<i>adultes</i>)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 18H30 - 20H00 Judo Benjam/Minim (10 - 14 ans) + préparations kata</li><li>• 20H15 - 21H45 Judo + 14 ans et adultes</li></ul>

\* sous réserve de modification,  
en fonction de l'affluence

## ▪ TARIFS

Catégorie	4 / 6 ans (2005/ 2007)	7 / 14 ans (1997/2004)	15 / 18 ans (1993/1996)	Adultes	Séniors (lundi 15.30-16.30)
Licence	91 €	96 €	108 €	116 €	92 €

Le coût de la licence comprend une adhésion de 33 € à la Fédération de Judo (FFJDA) et de 2 € au comité départemental de Judo. La Un certificat médical est obligatoire.

La licence adulte permet de pratiquer toutes les activités proposées aux adultes.

Ceinture : 4€ Ecusson pris lors de l'inscription : 1€

*Dans la limite de nos stocks, nous prêtons des kimonos.*

- PORTES OUVERTES ET INSCRIPTIONS LE SAMEDI 10 SEPTEMBRE 2010  
*Cette journée s'adresse aux licenciés et non licenciés.*

<ul style="list-style-type: none"><li>• 10H00 - 10H30 : Taïso/ Taïso stretching</li><li>• 10H30 - 11H30 Taïso/ gymnastique douce</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 14 H - 15 H Judo pour tous</li><li>• 15H - 15H30 Judo 4-5 ans</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 15 H30 - 16 H Taïso/ Taïso stretching</li><li>• 16 H - 16 H 30 Judo adultes -Jujitsu</li></ul>
--	---	--



- STAGES JUDO ( JEUNES sauf Eveil judo ) : Toussaint (2j) – Noël (1 j) – Printemps (2j)
- STAGE SELF-DEFENSE : 5 samedis matin de 10 à 12 H, répartis dans l'année.  
(15/10 -10/12-28/01-31/03-12/05)

Pour tous renseignements : tel : 02 41 30 67 29 - 02 41 55 47 70