



STAGE JUDO CLUB LACAPELLE

Dimanche 22 Novembre 2026

A TOUS LES ENFANTS JUDOKAS : de Baby judo à Benjamin (6 à 12 ans)

Le thème est : **En route pour le tour du monde**

ORGANISATION

Lieu du stage	Dojo de Lacapelle, route de Trespoux 46000 CAHORS.
Heures du stage	De 9h30 à 16h30
Prix du stage	5 €

Arrivée en tenue de sport, baskets (+ vêtement extérieur)

Dans le sac : kimono, zooris (claquettes) et gourde.

Pour le midi : pique-nique.

À leur arrivée, les enfants seront accueillis, monteront sur le tatami et répartis-en 2 groupes puis par équipe.

Tout au long du stage, ils seront accompagnés par les encadrants du Judo Club Lacapelle.

Les parents pourront ainsi les confier sereinement à l'équipe et venir les retrouver à la fin de la journée.

PROGRAMME

MATIN

- Deux groupes
- Activités ludiques et sportives
- Entraînement de judo
- Rotation des groupes

MIDI

- Pause déjeuner
- Pique-nique apporté par chaque enfant

APRÈS-MIDI

- Combats amicaux sur le tatami
- Fin des combats vers 16 h
- Goûter offert par le club
- Fin du stage à 16 h 30

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter

Laure 06 21 52 03 90

Nadine 06 07 52 96 74

Nathalie 06 28 23 14 02



INSCRIPTION à rendre au plus tard le Vendredi 13 novembre 2026

Autorise mon enfant.....

à participer au stage organisé par le Judo Club Lacapelle.

Année de naissance :

Personnes à contacter en cas d'urgence :

Nom Prénom **tél.**.....

Nom Prénom **tél.**.....

Joindre le paiement de 5€ avec l'inscription à l'ordre du : JUDO CLUB LACAPELLE

Fait àle

Signature