

# JUDO-CLUB LACAPELLE

## Judo-Jujitsu – Taïso

Cahors, le 2 septembre 2015

Bonjour,

Les vacances terminées, la nouvelle saison sportive se prépare. L'équipe du Judo-Club de Lacapelle vous attend le

### **MERCREDI 2 SEPTEMBRE 2015 à la salle des Fêtes de Lacapelle**

Nous demandons à chaque futur licencié de compléter son dossier d'inscription ce même jour avant de participer à nos entraînements, ceci par mesure de sécurité.

#### **Constitution du dossier :**

1. La fiche d'inscription et l'autorisation parentale pour les mineurs.
2. 1 photo d'identité pour les débutants.
3. L'autorisation parentale pour les mineurs.
4. Le certificat médical (sur ton passeport ou sur une feuille).
5. Le ou les chèques à l'ordre du Judo-Club Lacapelle (Chèques vacances acceptés – Chèques sport – Possibilité de règlement en plusieurs fois).
6. 2 enveloppes timbrées avec l'adresse du licencié.
7. Le règlement intérieur signé par les parents.
8. L'adresse e-mail (pour recevoir les infos du club).

#### **Tarifs des cotisations annuelles :**

- 1<sup>er</sup> licencié : 100 €
- 2<sup>e</sup> licencié : 92 €
- 3<sup>e</sup> licencié : 82 €
- 4<sup>e</sup> licencié : 34 €

Pour les enfants de plus de 6 ans, passeport indispensable (prix : 8 €, validité 8 ans).

#### **Planning des entraînements Judo-Jujitsu :**

##### **MERCREDI**

#### **Activité Judo :**

- 17 h à 18 h : Baby judo et enfants débutants de 4 à 6 ans
- 18 h à 19 h : Judo enfants de 7 à 11 ans débutants

#### **Taïso :**

- 19 h à 20 h : Gym judo

#### **Judo-Jujitsu :**

- 20 h à 21 h 30 : Jujitsu adultes et enfants à partir de 12 ans

##### **JEUDI**

- 18 h à 19 h 30 : Judo-Jujitsu (expression technique et préparation de katas)
- 19 h 30 à 20 h 30 : Taïso

##### **VENDREDI**

#### **Activité judo :**

- 19 h à 20 h 30 : enfants à partir de 12 ans et adultes

A bientôt pour tous renseignements : Tél. 05 65 53 08 36 – 06 14 02 90 97

**Le Président : Philippe RUSCASSIE et le Comité Directeur**

*Site du Club : [judolacapelle46.club.sportsregions.fr](http://judolacapelle46.club.sportsregions.fr)*