



# JUDO CLUB LACAPELLE

## STAGE

### Dimanche 20 novembre 2022



A TOUS LES ENFANTS JUDOKAS : de Baby judo à Benjamins (4 à 12 ans)  
 Il est organisé le dimanche 20 novembre 2022 un stage amical sur le thème suivant :  
 «A LA DECOUVERTE DE NOS CHAMPIONS»

#### ORGANISATION

Lieu du stage : Dojo de Lacapelle, route de Trespoux 46000 CAHORS.

Heures du stage : de 9h30 à 16h30

Prix du stage : 4 €

Les enfants arrivent en tenue de sport et baskets.  
 Prévoir un sac avec le kimono, les zooris (claquettes) et la gourde.  
 Prévoir également le pique-nique pour le repas de midi.  
 A l'arrivée, les enfants seront répartis en deux groupes.

MATIN : Le premier groupe fait des activités ludiques et sportives sur le thème pendant que le deuxième groupe fait un entraînement judo et inversement.

MIDI : Repas tiré du sac

APRES-MIDI : Tous les judokas se retrouvent sur le tatami afin de faire des combats amicaux. Fin des combats vers 16h00 suivi d'un goûter offert par le club.  
 Fin du stage 16h30.

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

COMPTANT SUR VOTRE PRESENCE - A TRES BIENTOT

### INSCRIPTION à rendre avant le mercredi 16 novembre 2022

autorise mon enfant.....

à participer au stage du 20 novembre 2022 organisé par le Judo Club Lacapelle.

Année de naissance :..... Poids..... Grade (ceinture).....

#### Personnes à contacter en cas d'urgence :

Nom Prénom .....tél.....

Nom Prénom .....tél.....

Joindre le paiement de 4€ avec l'inscription à l'ordre du : JUDO CLUB LACAPELLE

Fait à .....le ..... 2022.  
 SIGNATURE

