

## - FICHE DE RENSEIGNEMENT -

### - Etat Civil -

Nom : ..... Prénom : ..... Taille : .....  
Date de naissance : ..... Lieu naissance : .....  
Adresse : .....  
Code postal : ..... Ville : .....  
Téléphone : ..... Mobile : .....

### - En cas d'urgence - (personne à prévenir- pour les mineurs)-

Nom : ..... Prénom : .....  
Qualité : .....  
Téléphone : .....

### - Autorisation parentale - (pour les mineurs)

Je soussigné Père - Mère- Tuteur Légal.....  
Autorise mon enfant..... à participer au  
stage de rentrée judo pendant la période du 03 et 04 Septembre 2022.  
J'autorise les responsables à prendre les mesures d'urgence qui s'imposent  
en cas de nécessité.

Mention : « lu et approuvé »  
Signature :

Le ..... à .....

JUDO CLUB SAINT SEBASTIEN



présente en collaboration avec :  
Dojo Basse Goulaine

## Stage de rentrée

# Judo

## 2022

Du 03 et 04 Septembre 2022 Cadets-juniors-seniors



Attention : Tous judokas inscrits au stage s'engage à le faire en entier.

|               | SAMEDI                        |            | DIMANCHE                         |
|---------------|-------------------------------|------------|----------------------------------|
| 9h-10h        | Accueil<br>Dojo + Ptit déj'   | 9h-10h     | Accueil<br>Dojo = Ptit déj'      |
| 10h - 10h30   | Transport                     | 10h - 12 h | Judo                             |
| 10h30 - 12h30 | Escalade                      | 11h-12h30  | Vélo<br>(jusqu'au Parc du Loiry) |
| 12h30-13h30   | Repas*                        | 12h30-14h  | Repas*                           |
| 12h30-15h30   | Laser game et sport collectif | 14h-16h    | Paddle/Run                       |
| 16h-18h       | Judo                          | 16h-17h    | Vélo<br>(retour au dojo)         |
| 19h-21h       | Barbecue**                    |            |                                  |

\* Repas à prévoir  
\*\* Barbecue prévu par le club



### Ne pas oublier pour le stage ?

1 ou 2 judogi, zoori, ceinture et trousse à pharmacie (ciseaux, strap, pansements...)  
Vélo  
Survêtement, chaussures de sport et K-way qui ne craignent pas l'eau  
Serviette de plage  
Pique-Nique

### Qui ?

- Réservé aux Cadets, Juniors et Seniors
- Aucun niveau de pratique prérequis mais licencié au Dojo Basse goulaine, JC Sébastien
- Encadrement : 2 professeurs diplômés d'Etat,

### Quoi ?

- Activité principale : judo
- Activités extra : Paddle/Run et escalade.
- Extra : Barbecue.

### Quels documents nous fournir ?

- Pour Les mineurs :
  - Fiche de renseignement.
  - Chèque à l'ordre du JC Saint Sébastien
  - Licence obligatoire
- Pour les adultes :
  - Chèque à l'ordre du JC Saint Sébastien
  - Licence obligatoire

### Où ?

- Dojo :  
Avenue de la Martellière  
44230 Saint Sébastien/Loire
- Activité :  
CK Vertou :  
Parc du Loiry 44120 Vertou  
Pont Caffino :  
Base de Loisir Pont caffino  
44690 Maisdon sur Sèvre

### Comment nous joindre pour s'inscrire ?

- Par téléphone : 07.62.60.04.62
- Date limite : 17.07.2022

### Tarif ?

- 40 euros les deux jours.

### Date limite d'inscription ?

- 17 Juillet 2022

