

Documents d'inscription

- ◇ Feuille d'adhésion au club .
- ◇ Formulaire de licence fédérale : à remplir sur place
- ◇ Le moyen de paiement :
(chèques, espèces, coupons-sports ou chèques vacances)
- ◇ **Indiquer une adresse email sur la feuille d'adhésion**
- ◇ 1 certificat médical OBLIGATOIRE ou dans les 15 jours suivants l'inscription :
 - Judo et Jujitsu : sur feuille OU faire tamponner sur le passeport sportif avec la mention :
« Apte à la pratique du Judo/Ju Jitsu en compétition »
 - Taïso: certificat médical sur feuille

Les professeurs se verront obligés de refuser tout adhérent n'ayant pas fourni tous les documents dans les délais impartis.

Cotisation annuelle

Baby judo (2012-2013) : et Taïso	100€ 1 cours par semaine
Judo/Jujitsu enfants (2003 à 2007):	160 € 2 cours par semaine
Judo enfants (2003 à 2011) :	
Cours Ados-Adultes (2003 et avant) :	160€ 2 à 3 cours par semaine
Tarif ceinture noire (judo, jujitsu) :	150€ accès à toutes les disciplines
Accès à toutes les Disciplines	170€
Licence : obligatoire	37€
Tarif dégressif à partir du 2 ^{ème} adhérent de la même famille	
Possibilité de payer en plusieurs fois (chèques donnés en même temps, encaissables à des périodes précises) Chèques vacances et coupons-sports acceptés	

Dates d'inscriptions

- **Mercredi 6 septembre 2017:**
au Gymnase du Luat de 15h30 à 19h00
- **Samedi 9 septembre 2017:** Fête des sports, Parc du Luat, route de Montlignon de 09h00 à 18h00

Ou pendant les cours durant toute l'année,
selon les places disponibles.

Reprise des cours

A partir du lundi 11 Septembre 2017

Encadrement

Les cours sont dirigés par des enseignants diplômés d'état De par leur compétence et leurs spécialités, ils adaptent leur enseignement à tous les niveaux de pratique :

débutants, loisirs et compétition

Lieux de pratique

Stade Emile Wildermuth
Dojo Jean Luc Rougé
Rue André Chénier
95600 Eaubonne

Gymnase du Luat
Route de Montlignon
95600 Eaubonne
(Dojo au 1er étage)



SAISON SPORTIVE
2017-2018

JUDO

Loisirs, compétition, TAÏSO

JU JITSU Self Défense

JU JITSU Enfants



Association loi 1901
N° affiliation F.F.J.D.A. 95 3900
2 dojos: Le Luat et J-L Rougé

Contact:

www.eaubonnejudo.com

Judo : 06 23 33 80 05 (Tahar)

Ju Jitsu : 06 18 37 65 09 (Thomas)

Judo Enfants

(2003 à 2013)

Art martial Japonais et Sport Olympique, le Judo véhicule des valeurs fondamentales qui permettent à chacun et chacune, quelque soit son niveau, de progresser dans un environnement de travail, de respect mutuel et de convivialité.

Adresses: **Stade Emile Wildermuth (E.W)**
Rue André Chénier 95600 Eaubonne.
Gymnase du Luat
Route de Montlignon 95600 Eaubonne.

Baby I (2013) : Samedi 10h00-10h50 * au Luat

Baby II (2012) : Samedi 11h00-11h50 * au Luat

Baby III (12-13) : Mercredi 15h00-15h50 * au Stade E.W

Mini Poussins (2010-11):

Lundi 17h30-18h30 * au Stade E.W

Mercredi 16h00-17h00 * au Stade E.W

Samedi 14h00-15h00 * au Luat

Poussins (2008-09) :

Lundi 18h30-19h30* au Stade E.W

Mercredi 17h00-18h00 * au Stade E.W

Samedi 15h00-16h00 * au Luat

Benjamins/Minimes et Cadets 1 (2003 à 2007) :

Lundi 18h30-19h45 au Luat

Mercredi 18h15-19h30 au Stade E.W

Jeudi 18h30-19h45 au Luat

Samedi préparation physique pour les compétiteurs (trices)

et Kata 17h00-18h30 au Luat

* **Fréquence de cours:**

Baby: choix d'un cours par semaine

Mini poussins et poussins:

2 cours parmi 3 cours proposés.

Benjamins/Minimes: 3 cours possibles.



Judo Adultes

(à partir de cadets)

Cours Adultes

Au Gymnase du Luat:

Lundi 20h00 à 21h30

Jeudi 20h00 à 21h30

Samedi 17h00 à 18h30

**Préparation katas,
Préparation Physique
et Travail personnalisé**

Samedi 17h00 à 18h30

Gymnase du Luat



Ju Jitsu Self-Défense

(à partir de 14 ans)

Enchaînement de coups de pied, coups de poing, de projections et de contrôles (étranglements, clefs de bras, clefs de jambes et immobilisations), destiné à l'auto-défense.

Adultes (2003 et avant) : 20h00 à 21h30

Lundi au Stade au
Emile Wildermuth

et Mercredi au
Gymnase du Luat



Taiso

(à partir de 15 ans)

Un travail de renforcement musculaire, d'étirement, et plus globalement d'amélioration de la condition physique.

Samedi 16h00 à 17h00
Gymnase du Luat



Judo-Ju jitsu Jeunes

(pour les 10 à 14ans)

Enchaînement de coups de pied, coups de poing, de projections et de contrôles, destiné à la découverte du Jujitsu

Enfants (2003 à 2007) :

Mercredi 18h15 à 19h30

Gymnase du Stade Emile Wildermuth



Partenaires

Partenaire principal: La ville d'Eaubonne.

Autres Partenaires: La Croisée des Arts .

« Tout comme notre partenaire principal, la ville d'Eaubonne, rejoignez-nous en devenant vous aussi partenaire! »

