



Stage de la Toussaint

OBJECTIFS

Ce stage permettra aux judokas compétiteurs de se perfectionner par un suivi individualisé de 5 jours. Nous y pratiquerons du judo, de la préparation physique/mentale et des activités loisirs.

Des sorties au Jardin des plantes leur seront également proposées pour diversifier les lieux d'entraînements et les temps libres.

*Il vous faudra prévoir : **judogi, affaires de sport, serviette, zoris, bouteille d'eau** (goûter offert à 16h00).*



Infos

- ✓ Du **27/10/2025** au **31/10/2025**
(9h00-17h00)
- ✓ Dojo de **Lille Moulins**
(1 rue de Mulhouse)
- ✓ De **Mini-Poussins** à **Benjamins**
(2019 à 2014)
- ✓ De la ceinture **Blanche** à **Orange-verte**

Encadrants : **Lydéric** et **Yonec**

INSCRIPTION

24 places



lillejudo.fr



Remettre la page 3/3



lucjudo59@gmail.com



07 51 08 73 92



Stage de la Toussaint

PROGRAMME

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h00 - 9h30	<i>Accueil</i>				
9h30 - 11h30	Judo	Judo	Course + Judo	Judo	Sports Collectifs
11h30 - 14h00	<i>Déjeuner + temps calme</i>				
14h00 - 16h00	Judo	Piscine	Judo	Bowling	Judo
16h00 - 17h00	Goûter	Goûter	Goûter	Goûter	Goûter
17h00 - 17h30	<i>Départ</i>				

TARIFS

3 jours	-----	60 €
4 jours	-----	75 €
5 jours	-----	85 €



Stage de la Toussaint

COUPON REPONSE

Date butoir : 18/10/2025.

Fiche d'inscription à remettre auprès de **vos enseignants**.

Règlement possible en **espèce/chèque** (ordre : LUC Judo).

Je soussigné, madame/monsieur

.....

désire que ma fille/mon fils :

- Né le
- Né le
- Né le

participe(nt) au Stage Jeunes de la Toussaint, les jours suivants :

.....

et certifie avoir réglé la somme de.....€

Date, Signature, "Lu et approuvé"

N° de téléphone 1 en cas d'urgence :

N° de téléphone 2 en cas d'urgence :