



SAISON 2019 - 2020

Eveil judo / Judo / Jujitsu / Self-défense des retraités / Body taïso / Aïkido

www.jak-lambersart.org - Tél. 06.09.89.69.72 - courriel : marc-antoine@jak-lambersart.org

EVEIL JUDO						
Ages	Catégories	Années de naissance	Cotisation annuelle	Jours et heures d'entraînement	Jour d'inscriptions	Reprise des cours
4 et 5 ans	Eveil judo	2014 et 2015	181 €	Mercredi 11h00 à 12h00	A partir de juin	Me 4 et Sa 7 septembre
4 et 5 ans	Eveil judo	2014 et 2015	181 €	Mercredi 13h30 à 14h30		
4 et 5 ans	Eveil judo	2014 et 2015	181 €	Samedi 10h00 à 11h00		

ECOLE DE JUDO						
Ages	Catégories	Années de naissance	Cotisation annuelle	Jours et heures d'entraînement	Jour d'inscriptions	Reprise des cours
6 ans	Mini poussins 1	2013	181 €	Mercredi 14h30 à 15h30 <u>ou</u> samedi 11h00 à 12h00	A partir de juin ATTENTION !!! Places limitées par cours... Premier arrivé, premier servi...	Mercredi 4 septembre pour ceux du mercredi Samedi 7 septembre pour ceux du samedi
7 ans	Mini poussins 2	2012	181 €	Mercredi 15h30 à 16h30 <u>ou</u> samedi 13h30 à 14h30		
8 ans	Poussins 1	2011	181 €	Mercredi 16h30 à 17h30 <u>et/ou</u> samedi 13h30 à 14h30		
9 ans	Poussins 2	2010	181 €	Mercredi 16h30 à 17h30 <u>et/ou</u> samedi 14h30 à 15h30		
10/11 ans	Benjamins 1 & 2	2008 et 2009	181 €	Mercredi 17h30 à 18h30 <u>et/ou</u> samedi 14h30 à 15h30	A partir de juin	Mardi 3 septembre

ADOS - ADULTES JUDO						
Ages	Catégories	Années de naissance	Cotisation annuelle	Jours et heures d'entraînement	Jour d'inscriptions	Reprise des cours
12/13 ans	Minimes 1 & 2	2006 et 2007	181 €	Mardi <u>et</u> jeudi 18h00 à 19h30	A partir de juin	Mardi 3 septembre
14 ans et +	Cadets 1... Vétérans	2005 et avant	190 €	Lundi 19h30 à 21h00 <u>et</u> vendredi 20h00 à 21h30		Lundi 2 septembre

JUJITSU ET SELF-DEFENSE DES RETRAITES						
Ages	Catégories	Années de naissance	Cotisation annuelle	Jours et heures d'entraînement	Jour d'inscriptions	Reprise des cours
14 ans et +	Cadets... Vétérans	2005 et avant	190 €	Mardi <u>et</u> jeudi 19h30 à 21h00	A partir de juin	Mardi 3 septembre
Retraités	Self-défense des retraités		135 €	Lundi 9h30 à 11h15 <u>et/ou</u> jeudi 10h30 à 12h00		Lundi 2 septembre

BODY TAISO						
Ages	Catégories	Années de naissance	Cotisation annuelle	Jours et heures d'entraînement	Jour d'inscriptions	Reprise des cours
16 ans et +	Juniors... Vétérans	2003 et avant	135 €	Jeudi 12h30 à 13h30 <u>et/ou</u> samedi 9h00 à 10h00	A partir de juin	Jeudi 5 septembre

PREPARATION GRADES 1er, 2e, ... JUDO, JUJITSU						
Ages	Catégories	Années de naissance	Cotisation annuelle	Jours et heures d'entraînement	Jour d'inscriptions	Reprise des cours
	Cadets... Vétérans	2005 et avant		Lundi 18h00 à 19h30		Lundi 9 septembre

ENTRAINEMENTS COMPETITEURS (Poussins 2 à Minimes), JUJITSU FIGHTING et NE WAZA (Cadets à Vétérans)						
Ages	Catégories	Années de naissance	Cotisation annuelle	Jours et heures d'entraînement	Jour d'inscriptions	Reprise des cours
	Poussins 2 à minimes	2006 à 2010		Samedi 15h30 à 17h00		Samedi 14 septembre
	Jujitsu	2005 et avant		Samedi 15h30 à 17h00		Samedi 14 septembre

PREPARATION GRADES 1er, 2e, ... AIKIDO						
Ages	Catégories	Années de naissance	Cotisation annuelle	Jours et heures d'entraînement	Jour d'inscriptions	Reprise des cours
14 ans et +	Cadets... Vétérans	2005 et avant		Samedi 17h00 à 18h30		Samedi 14 septembre

AIKIDO						
Ages	Catégories	Années de naissance	Cotisation annuelle	Jours et heures d'entraînement	Jour d'inscriptions	Reprise des cours
11 à 14 ans	Benjamins à minimes	2006, 2007 et 2008	167 €	Mercredi 18h30 à 19h30 et vendredi 18h00 à 20h00	Mercredi 4 septembre	Mercredi 4 septembre
14 ans et +	Cadets... Vétérans	2005 et avant	186 €	Mercredi 19h30 à 21h30 Vendredi 18h00 à 20h00		

DOJO LIBRE						
Ages	Catégories	Années de naissance	Cotisation annuelle	Jours et heures d'entraînement	Jour d'inscriptions	
				Dimanche 9h00 à 12h00		Dimanche 8 septembre

INSCRIPTIONS

DOCUMENTS A FOURNIR :

- Fiche d'inscription complétée
(remplir lisiblement toutes les rubriques en lettres capitales)
- un certificat médical obligatoire pour toutes les sections :
 - un certificat médical **OBLIGATOIRE** (sur feuille volante) autorisant la pratique du judo, jujitsu en compétition, avec la mention précise suivante : "non-contre-indication à la pratique du judo, jujitsu en compétition"
 - **en +**, si vous possédez un passeport sportif, dans ce cas, le médecin doit compléter la page prévue à cet effet en plus de la feuille volante.

Tant que nous ne sommes pas en possession du certificat médical, vous n'aurez pas accès au tatami



CONDITIONS DE PAIEMENTS

- du règlement de la **cotisation à l'année pour les anciens** ou au trimestre pour les nouveaux inscrits (paiement par chèques bancaires, chèques vacances ANCV, coupons sport ANCV, espèces et **chèques loisirs - attribués aux Lambersartois par la mairie dès le mois de juin**, chèques loisirs CAF).