



SAISON 2020 - 2021

Eveil judo / Judo / Jujitsu / Self-défense des retraités / Parents-Enfants / Body Taïso / Aïkido

www.jak-lambersart.org - Tél. 06.09.89.69.72 - courriel : marc-antoine@jak-lambersart.org - Facebook: JAK - Judo Aikido Lambersart

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	2015 et 2016	182 €	Mercredi 11h00 à 12h00	A partir de juin	Me 2 et Sa 5 septembre
4 et 5 ans	Eveil judo	2015 et 2016	182 €	Mercredi 13h30 à 14h30		
4 et 5 ans	Eveil judo	2015 et 2016	182 €	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	2014	182 €	Mercredi 14h30 à 15h30 <u>ou</u> samedi 13h30 à 14h30	A partir de juin ATTENTION !!! Places limitées par cours... Premier arrivé, premier servi...	Mercredi 2 septembre pour ceux du mercredi Samedi 5 septembre pour ceux du samedi
7 ans	Mini poussins 2	2013	182 €	Mercredi 15h30 à 16h30 <u>ou</u> samedi 13h30 à 14h30		
8/9 ans	Poussins 1 & 2	2011 et 2012	182 €	Mercredi 16h30 à 17h30 <u>et/ou</u> samedi 14h30 à 15h30		
10/11 ans	Benjamins 1 & 2	2009 et 2010	182 €	Mercredi 17h30 à 18h30 <u>et/ou</u> samedi 14h30 à 15h30		

ADOS - ADULTES JUDO						
Ages	Catégories	Années de naissance	Cotisation annuelle	Jours et heures d'entraînement	Jour d'inscriptions	Reprise des cours
12 ans	Minimes 1	2008	182 €	Mardi et jeudi 18h00 à 19h30	A partir de juin	Mardi 1 septembre
13 ans	Minimes 2	2007	182 €	Mardi <u>et/ou</u> jeudi 18h00 à 19h30 <u>et</u> vendredi 20h00 à 21h30 (combats)		
14 ans et +	Cadets 1... Vétérans	2006 et avant	191 €	Lundi 19h30 à 21h00 <u>et</u> vendredi 20h00 à 21h30 (combats)		Lundi 31 août

UN PARENT AVEC SON ENFANT: apprentissage du JUDO à deux pendant maximum 2 saisons (Cours limité à 20 couples)						
Ages	Catégories	Années de naissance	Cotisation annuelle	Jours et heures d'entraînement	Jour d'inscriptions	Reprise des cours
		2012, 2013, 2014	272 € l'ensemble	Samedi 11h00 à 12h00	A partir de juin	Samedi 5 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	2006 et avant	191 €	Mardi <u>et/ou</u> jeudi 19h30 à 21h00 <u>et</u> vendredi 20h00 à 21h30 (combats)	A partir de juin	Mardi 1 septembre
Retraités	Self-défense des retraités		136 €	Lundi 9h30 à 11h15 <u>et/ou</u> jeudi 10h30 à 12h00		Lundi 31 août

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	2004 et avant	136 €	Jeudi 12h30 à 13h30 <u>et/ou</u> samedi 9h00 à 10h00	A partir de juin	Jeudi 3 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	2006 et avant		Lundi 18h00 à 19h30		Lundi 14 septembre

ENTRAINEMENTS COMPETITEURS (Poussins à Minimes), ENTRAINEMENTS 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
				Samedi 15h30 à 17h00		dates à venir

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	2006 et avant		Samedi 17h00 à 18h30		Samedi 12 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	2007, 2008 et 2009	168 €	Mercredi 18h30 à 19h30 et vendredi 18h00 à 20h00	Mercredi 2 septembre	Mercredi 2 septembre
14 ans et +	Cadets... Vétérans	2006 et avant	187 €	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 6 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). Les
frais inhérents au règlement de la cotisation seront imputés le cas échéant (ex: chèque rejeté...).