



SAISON 2022 - 2023

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	2017 et 2018	187 €	Mercredi 11h00 à 12h00	A partir de juin	Me 7 et Sa 10 septembre
4 et 5 ans	Eveil judo	2017 et 2018	187 €	Mercredi 13h30 à 14h30		
4 et 5 ans	Eveil judo	2017 et 2018	187 €	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	2016	187 €	Mercredi 14h30 à 15h30 <u>et/ou</u> samedi 13h30 à 14h30	A partir de juin ATTENTION !!! Places limitées par cours... Premier arrivé, premier servi...	Mercredi 7 septembre pour ceux du mercredi Samedi 10 septembre pour ceux du samedi
7 ans	Mini poussins 2	2015	187 €	Mercredi 15h30 à 16h30 <u>et/ou</u> samedi 13h30 à 14h30		
8/9 ans	Poussins 1 & 2	2013 et 2014	187 €	Mercredi 16h30 à 17h30 <u>et/ou</u> samedi 14h30 à 15h30		
10/11 ans	Benjamins 1 & 2	2011 et 2012	187 €	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
12/13 ans	Minimes 1 & 2	2009 et 2010	187 €	Mardi <u>et</u> jeudi 18h00 à 19h30	A partir de juin	Mardi 6 septembre
14 ans et +	Cadets 1... Vétérans	2008 et avant	196 €	Lundi 19h30 à 21h00 <u>et</u> vendredi 20h00 à 21h30		Lundi 5 septembre

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
		2014, 2015, 2016	280 € l'ensemble	Samedi 11h00 à 12h00	A partir de juin	Samedi 10 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	2008 et avant	196 €	Mardi <u>et/ou</u> jeudi 19h30 à 21h00	A partir de juin	Mardi 6 septembre
Retraités	Self-défense des retraités		141 €	Lundi 9h30 à 11h15 <u>et/ou</u> jeudi 10h30 à 12h00		Lundi 5 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	2006 et avant	141 €	Jeudi 12h30 à 13h30 <u>et/ou</u> samedi 9h00 à 10h00	A partir de juin	Jeudi 8 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	2008 et avant		Lundi 18h00 à 19h30		Lundi 12 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	2008 et avant		Samedi 17h00 à 18h30		Samedi 10 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	2009, 2010 et 2011	173 €	Mercredi 18h30 à 19h30 et vendredi 18h00 à 20h00	Vendredi 2 septembre	Mercredi 7 septembre
14 ans et +	Cadets... Vétérans	2008 et avant	192 €	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 11 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...).