**STAGE DE REPRISE**

**DOJO SALLE DES FETES LE BAR SUR LOUP**

**Du 26 aout au 28 aout 2020**

Afin de bien préparer le début de saison nous proposons un stage pour :

Poussins (nés en 2011/2012) compétiteurs

Benjamins (nés en 2009/2010)

Minimes et Cadets

Ce stage sera principalement destiné à préparer les compétiteurs

Différents thèmes seront travaillés Techniques, Physiques et Mental

**Horaires** :

Tous les jours de 9h à 17h

**Prévoir chaque jour** :

Baskets, Tee-shirts, Short, Serviette (pour le footing), Judogi, claquettes, cahier et stylo

Repas pique-nique pour le déjeuner

Eau (beaucoup) et un gouter pour les gourmands

**Encadrement** :

Hervé Bétrancourt professeur du JCBSL

**Licences assurance** :

 Licence saison 2019/2020 obligatoire

Certificat médical en cours de validité (1 an)

**Participation** :

50€ paiement par chèque à l’ordre du Judo Club.

Inscription par mail hb06@hotmail.fr ou messagerie 06.62.01.03.37