

ASL Judo, Ju-Jitsu, Self défense

Site internet : <http://judo-limay.clubeo.com>

Le Judo peut se pratiquer à partir de 4 ans (révolus au moment de l'inscription) et jusqu'à 99 ans... Les cours de Ju-Jitsu sont destinés aux adolescents à partir de 14 ans et aux adultes. Le self défense est la maîtrise de techniques de combat permettant de faire face à une attaque sans se servir d'une arme. Pour la pratique du judo ou du ju-jitsu, il est nécessaire d'avoir un kimono avec sa ceinture, une paire de claquettes ou de chaussons, un tee-shirt à manches courtes obligatoire pour les filles, une gourde ou une bouteille d'eau en plastique.

Conditions d'inscription :

- Renseigner et signer la fiche individuelle d'inscription.
- Renseigner et signer la demande de licence, et l'autorisation parentale de droit à l'image
- Régler sa cotisation annuelle le jour de l'inscription, le dossier est à retourner complet avant le 01 octobre 2016.
- Fournir un certificat médical en double exemplaire.

Le passeport est obligatoire pour les compétitions officielles à partir de la catégorie Poussins 2^{ème} année, le médecin de famille lors de la visite médicale doit y inscrire « apte aux compétitions » dans la case prévue à cette mention. Les cours se dérouleront au Dojo (à côté du gymnase Auguste Delaune et au complexe Nelson Mandela).

Les enfants sont répartis dans différents cours selon leur âge et ou leur morphologie selon l'avis du professeur.

Un tarif dégressif est pratiqué à partir du second adhérent de la même famille (fratrie et ou parent/enfant).

A partir de la catégorie des Benjamins, une trousse à pharmacie personnelle complète est obligatoire (bombe de froid, pansement, strap ...)

Le règlement peut se faire soit par chèque (6 maxi), soit en espèces (5 maxi), soit par coupons sport, et ou bons CAF.

Horaires et tarifs des cours Saison 2016-2017

Enfants nés en 2012-2011 (baby judo) : 167€ (gymnase Delaune)

Le mercredi de 13h45 à 14h30 **ou** le samedi de 15h00 à 16h00

Enfants nés 2010-2009 (Pré poussin) : 207€ (gymnase Delaune)

Débutant : mercredi 14h30 à 15h30 et samedi 16h00 à 17h00

Confirmé : mercredi 15h30 à 16h30 et samedi 17h00 à 18h00

Enfants nées en 2008-2007 (Poussin) : 207€ (gymnase Mandela)

Mardi 17h30 à 18h30 et vendredi 17h30 à 18h30

Enfants nés en 2006-2005 (Benjamin) : 207€

Mardi de 18h30 à 19h30 (gymnase Mandela) **et** jeudi de 17h30 à 18h30 (gymnase Mandela)

Enfants nés en 2004-2003 (Minime) et 2002-2001-2000 (Cadet) : 207€ (gymnase Mandela)

Mardi de 19h30 à 20h30 **et** vendredi de 18h30 à 20h00

Les 1999-1998-1997 (Junior) et adultes (Sénior) : 207€

Mardi de 20h30 à 21h30 (gymnase Mandela) et jeudi de 18h30 à 20h00 (gymnase Mandela)

Ju-Jitsu : vendredi de 20h00 à 21h30 (gymnase Mandela) : 157€

Judo+Ju-jitsu : 247€

Self défense féminin: samedi de 18h00 à 19h00 (gymnase Delaune) : 117€