



# Stage de Judo de Printemps

Du Mardi 12 au Jeudi 14 Avril 2022



Le stage se déroulera au Dojo du complexe sportif Jacques Anquetil  
route de Cerville à Pulnoy

Ce stage est ouvert aux non licenciés dans le cadre d'une initiation/découverte

Deux Groupes seront formés :



Groupe 2  
4/6 ans

**Garçons et Filles nés de 2015 à 2017**

Le matin de 11h 00 à 12h 00.

Jeux éducatifs

Habiletés techniques fondamentales Judo-

**Préparation pour les passages de ceintures.**



Groupe 1

**Garçons et Filles nés de adultes à 2014**

Le matin de 09h 00 à 11h 00.

Sports collectifs

Programme techniques Ne Waza et Tachi Waza

Etude des Katas + Ju Jitsu UV2+ Arbitrage

**Préparation pour les passages de ceintures**

Le stage sera animé par :- Roland Mayance - Professeur de Judo Diplômé d'état Ceinture Noire 5<sup>ème</sup> Dan

**CONTACT Tel : 06 87 81 24 69 e-mail : roland.mayance@gmail.com /**

**Site internet : jvl54.free.fr Page Facebook judo val de lorraine 54**

**Inscription au stage de Printemps à Pulnoy( à retourner SVP au Professeur ou au Comité du club de Judo )**

Nom..... Prénom :.....

Adresse e-mail.....N° tel ou portable.....

Club :.....Année de naissance..... Ceinture:.....

**Coût du stage : 15Euros (Possibilité de s'inscrire sur place)**