



RENCONTRE AMICALE JUDO

Nous vous invitons à participer à notre animation
le samedi 7 avril 2018 de 13H30 à 18H00
au Dojo de Bonneval

Organisation des groupes

Baby	Mini-poussins	Poussins	Benjamin(e)s	Minimes
Enfants nés en 2012-2013	Enfants nés en 2010-2011	Enfants nés en 2008-2009	Enfants nés en 2006-2007	Enfants nés en 2004-2005
Pas de pesée Début à 14H00	Pesée à 13H30 Début à 14H00	Pesée à 15H00 Début à 15H30	Pesée à 16H00 Début à 16H15	Pesée à 16H00 Début à 16H15

Programme

Benjamins et Minimes	Mini poussins et Poussins
<ul style="list-style-type: none"> - Entraînement commun - Démonstration technique (Yaku Soku Geïko) - Randoris (en poule de 4 à 5 combattants) 	<ul style="list-style-type: none"> - Entraînement commun - Critérium technique avec 3 ateliers : <ol style="list-style-type: none"> 1. Chute avant et arrière 2. Démonstration technique (Yaku Soku Geïko) 3. Randoris (2 à 3 randoris avec 1 note d'efficacité et 1 note technique)

Baby

- Entraînement commun

TOUS LES PARTICIPANTS SERONT RECOMPENSES

*coupon-réponse à retourner à votre professeur ou par courriel à judo.bonneval28@gmail.com
 le plus tôt possible et avant le 23 mars 2018*

NOM :

PRENOM :

Participera à la rencontre amicale du 7 avril 2018 à Bonneval

Club :

Année de naissance : **poids** :kg

Grade : blanche – blanche/jaune – jaune – jaune/orange orange – orange/verte – verte – verte/bleue – bleue

Catégorie d'âge : Baby Mini-poussin Poussin Benjamin(e) Minime
 2012-2013 2010-2011 2008-2009 2006-2007 2004-2005