

POUR UNE BONNE PARTICIPATION
LIRE ATTENTIVEMENT

La section judo de l'amicale laïque de Pont L'Abbé est invitée aux interclubs organisés
par le club de Loctudy le
dimanche 4 décembre 2016
à la salle de Kerandouret

Déroulement de la journée :

MATIN

9h00 : mise en place de la salle (en particulier les tatamis)
10h00/11h30 : entraînement de masse ouvert aux judokas de 12 ans et +
11h45 : briefing, organisation compétition
12h00 : pose déjeuner prévoir le pique nique

APRES MIDI

13h30 : accueil judokas
14h00 à 14h45 : démonstration babydo (né(e)s en 2010 et +) les judokas vont directement sur les tatamis, pas d'inscription. Récompenses à la fin.
14h15 : clôture des inscriptions pour les judokas né(e)s 2009-2008-2007-2006
15h15 : clôture des inscriptions pour les judokas né(e)s 2005-2004

ATTENTION

Inscriptions sur place, feuille à mettre dans les boîtes prévues à cet effet dans le hall de la salle avant l'heure indiquée ci-dessus.

Voir sur le site de l'amicale : alpa29.free.fr

Feuille à détacher et à mettre dans la boîte prévue à cet effet, le jour des interclubs

Important : écrire en majuscule d'imprimerie

NOMPRENOM.....

SEXE (entourer) **M** **F**

ANNÉE DE NAISSANCE.....POIDS.....

CEINTURECLUBS **ALPA** (amicale laïque de Pont L'Abbé)

Feuille à détacher et à mettre dans la boîte prévue à cet effet, le jour des interclubs
