



# Rendez-vous

## Le samedi 09 Sept 2017

### au forum 14H00



Le JUDO est une activité d'éveil, ludique et conviviale. Il contribue au bon développement physique et intellectuel de votre enfant. Ses règles de <<savoir être>> et de <<bonne conduite>> l'aideront à créer autour de lui un climat de confiance.

- SECTION MATERNELLE
- SECTION PRIMAIRE
- SECTION COLLEGE

**DEUX SEANCES / SEMAINE à partir du CP**  
**UN COURS /SEMAINE POUR LES MATERNELLES**



La section MULTISPORT pour permettre aux enfants de découvrir tout au long de l'année différentes activités sportives sous forme de cycles :

- cycle sports collectifs (foot /basket/hand Ball/hockey sur gazon
- cycle Accro-Gym
- cycle Jeux d'Oppositions
- cycle Jeux traditionnels / Jeux en salle/TENNIS

**UNE SEANCE DE 1 HEURE PAR SEMAINE**



La section EVEIL SPORTIF / GYM est ouverte à partir des enfants nés en 201 (section maternelle).

Votre enfant évoluera sur des parcours de motricité, avec manipulation de petits matériels (ballons, cerceaux, bolas, balles, mini raquette,.....)

**UNE SEANCE DE 1 HEURE PAR SEMAINE**  
**(SANS LES PARENTS....)**



La section GYMNASTIQUE à partir du CP jusqu'au COLLEGE

Manipulation de Cerceaux / Ballons de GRS / Rubans/ Bolas / ACCRO-GYM / Travail sur différents Modules Sportifs

**UNE SEANCE DE 1 HEURE PAR SEMAINE**



La section CARDIO TRAINING ADULTES

**CIRCUIT /STEP/RENFORCEMENT MUSCULAIRE/STEP**

**UNE SEANCE D' 1 HEURE LE SAMEDI MATIN EN SALLE OU PLEINE AIR (11H45/12H45)**

Présidente de l'Association :  
Mme CORMARY Brigitte  
Tel : 05.61.72.51.19 ou 06.88.28.52.22

Professeur : Mme CHARPIN Sandrine  
Brevet d'Etat JUDO et Activités Physiques et Sportives  
Tél : 06.38.59.45.33

Merci de respecter les horaires

<b>MARDI</b> Récupération CLAE 16H30	<b>MERCREDI</b>	<b>JEUDI</b> Récupération CLAE <u>A 17H15</u>	<b>SAMEDI</b>
16H30 - 17H30 <u><b>MULTISPORT</b></u> ( <b>GS / PRIMAIRE</b> ) <hr/> 17H30 - 18H20 <u><b>EVEIL SPORTIF</b></u> <b>MATERNELLE</b>	-	17H15 - 18H15 <u><b>GYMNASTIQUE</b></u> ( <b>CP-CE-CM</b> )	9H45 - 10H45 <u><b>EVEIL</b></u> <u><b>JUDOKAS</b></u> ( <b>MS / GS</b> )
18H30 - 19H30 <u><b>JUDO</b></u> ( <b>CP / CE</b> ) <hr/> 19H30-20H30 <b>JUDO</b> ( <b>CM / COLL</b> )		18H15 – 19H15 <u><b>GYMNASTIQUE</b></u> ( <b>CM / COLL</b> ) <hr/> 19H15-20H15 <u><b>JUDO</b></u> ( <b>CM / COLL</b> )	10H45 - 11H45 <u><b>JUDO</b></u> ( <b>CP / CE</b> ) <hr/> 11H45 – 12H45 <u><b>SECTION ADULTE</b></u> ( <b>CARDIO TRAINING</b> ) Remise en forme