



SECTION JUDO SEQUEDINOISE

SAISON 2021/ 2022

Salle Lucien Guest
Rue du Pont
59230 SEQUEDIN

Tarif préférentiel pour toute réinscription !!!



TARIFS | frais de fonctionnement et assurance inclus

- 1^{er} enfant : 140 €
- 2^{ème} enfant : 115 €
- 3^{ème} enfant : 85 €

Eveil : 80 €

Tarif spécial ceinture noire : 100 €

Passeport* : 10 € (pour compétition officielle)

*si participation aux compétitions en cours d'année : supplément de 30 €

TAÏSO et/ou JUJITSU

- 1^{ère} personne : 110 €
- 2^{ème} personne : 90 €
- 3^{ème} personne : 60 €
- Jujitsu : 90 €

HORAIRES

- Eveil** : nés en 2016/2017
- Petits Ninjas** : nés en 2013/2014/2015
- Ninjas** : nés en 2012 et avant
- Taïso*** : nés en 2007 et avant
- Jujitsu** : nés en 2009 et avant

Le Taïso

est une préparation physique à base de renforcement musculaire, gainage, cardio, circuits trainings et étirements.

MARDI	MERCREDI	JEUDI
Petit Ninja 17 h 30 – 18 h 30	Eveil 15 h – 15 h 45	Ninjas 18 h 15 – 19 h 30
Ninjas 18 h 30 – 19 h 45	Petits Ninjas 15 h 45 – 16 h 45	Jujitsu 19 h 30 – 20 h 30
Taïso 19 h 45 – 20 h 45	Ninjas 16 h 45 – 18 h 15	
	Taïso 18 h 15 – 19 h 15	

CONTACTS

Isabelle LEMAIRE – Présidente : 06 60 03 90 62

Thierry SAMYN – Professeur 3^{ème} DAN : 06 64 66 31 55

Mail : OSMSJUDO@LIVE.FR / Facebook : judosequedinois

