

Oyonnax, le 12 JANVIER 2012

Un stage régional de préparation au championnat de France de judo (du 16 AU 18 Mars 2012 à St-Michel sur Orge)

Se déroulera les :

18 ET 19 FEVRIER 2012 A OYONNAX

Et sera encadré par Walter BERGAMINI , Arnaud CHIKLI, Morgan DUBREUIL

PROGRAMME

Samedi 18 Février 2012

Horaires	Activités
13h00-13h30	Accueil (Hall des Sports)
14h30-16h30	Judo
17h00-18h30	Sport collectif / parcours de la Brétouze
18h30-19h00	Installation dans les chambres
19h00-20h30	Repas

Dimanche 19 Février 2012

Horaires	Activités
08h00-08h30	Réveil musculaire
09h00-09h30	Petit déjeuner
10h00-12h00	Judo

MATERIEL A PREVOIR

Vêtement de pluie / rechange ; Survêtement / baskets ; Affaire de toilette ;
Kimono et tongues ; Bouteille d'eau

Sac de couchage

HEBERGEMENT

ADAPEI D'OYONNAX – SECTEUR ENFANTS
1, rue Françoise Dolto – B.P. 50090
01103 OYONNAX CEDEX

TARIF

27€ à l'ordre de l'USO (Tarif comprenant l'hébergement, la restauration et les différents entraînements)

-----COUPON-REPONSE -----

A RETOURNER AVANT LE 1^{er} février 2012

Madame Monsieur.....

AUTORISONS NOTRE FILS- NOTRE FILLE

A PARTICIPER AU STAGE REGIONAL DE JUDO des 18 et 19 février 2012

OUI

NON

Ci-joint règlement de 27 €

SIGNATURE DES PARENTS

SIGNATURE DU SPORTIF