



STAGE DE LA TOUSSAINT

Benjamin-es (enfants né-es en 2011-2010)

La section E.S.Vitry Judo Jujitsu vous propose de participer au stage de toussaint qui aura lieu les :

Vendredi 5 et Samedi 6 novembre 2021

De 9h30 à 16h30

Au Palais des sports Maurice Thorez (avenue Henri Barbusse, 94400 Vitry sur Seine).

Prix :

Benjamin-es (né-es en 2011/2010) : **5€**

Programme :

- Vendredi 5 novembre

9h30 à 11h : JUDO

11h à 12h : PREPARATION PHYSIQUE

12h à 13h30 : Pause Repas

13h30 à 15h : SPORTS COLLECTIFS

15h à 16h30 : JUDO

- Samedi 6 novembre

9h30 à 11h : JUDO Benjamin-es CEINTURES BLANCHES / ACTIVITE « CULTURE JUDO » (Ceintures de couleur uniquement)

11h à 12h : JUDO tous-tes les Benjamin-es

12h à 13h30 : Pause Repas

13h30 à 15h30 : INITIATION SAMBO (Benjamin-es)

15h30 à 16h30 : GOÛTER

Matériel :

Kimono, claquettes.

Tenue de sport (survêtement ou jogging, Tshirt, baskets...).

Bouteille d'eau ou gourde.

Pique-nique pour le midi.

Merci d'inscrire votre enfant avant le 24 octobre UNIQUEMENT PAR SMS au 06.75.91.58.71 en indiquant : NOM et Prénom de l'enfant, année de naissance, couleur de ceinture.

E.S. VITRY JUDO – JUJITSU

www.vitryjudojujitsu.com

Facebook : ESVJudoJujitsu

Instagram : @ESVJudoJujitsu