



MATINEE JUDO AU FEMININ

SAMEDI 11 NOVEMBRE 2017
AU DOJO JC ROUSSEAU ORLEANS

ACTIVITES

- TAISO (parents, adolescentes, adultes)
- JUDO ENFANTS (poussines, benjamines)
- JU JITSU (minimes à seniors)
- JUDO ADOS ADULTES (minimes à seniors)

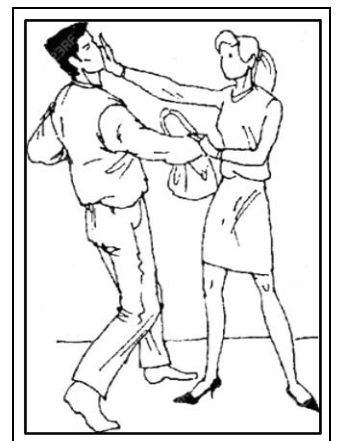
PROGRAMME

09 h 45 ➔ ACCUEIL DES FEMININES

10 h 00 à 11 h 30 ➔ JUDO ENFANTS avec Doriane COLMAN

10 h 15 à 11 h 15 ➔ TAISO avec Patrick MERY

11 h 15 à 12 h 00 ➔ SELF DEFENSE avec Johan CORTES



12 h 00 POT DE L'AMITIE



Judo au Féminin



COUPON REPONSE

CLUB : _____

 **JUDO ENFANTS :**

Nombre de Poussines et Benjamines : _____

 **TAISO :** ouvert à toutes (licenciée ou non)

 Les mamans qui accompagnent les enfants peuvent participer au taiseo

Nombre de Femmes : _____

 **SELF DEFENSE :** Minimes à Seniors Entraînement

Nombre de Femmes : _____

