



Judo Olympique des 4 Vallées

Reprise des cours à partir du 11 Septembre

Le Judo Olympique des 4 Vallées a été créé en 1952 et regroupe 9 sections, ce qui permet de proposer la pratique du JUDO au plus près de chez vous.

C'est avec beaucoup d'enthousiasme et de passion que EMMANUELLE souhaite vous faire découvrir ce sport.

Le vie du club est animé par une dynamique de groupe, un esprit familial, mais surtout le plaisir de se retrouver tous ensemble sur le tatami.

Le judo est un art martial qui s'appuie sur un système d'attaque et de défense avec des projections. Il a un rôle éducatif et physique basé sur un code moral (Politesse, Respect, Courage, Honneur, Amitié, Contrôle de soi, Modestie, Sincérité)

	LAUNDI	MERCREDI	VENDREDI
BOURGIGNIUF	17h25 Baby judo, Poussinets 18h15 Poussins, Benjamins 19h15/20h30 Initiatives à Adultes		
AIGUEBELLE		16h45/17h35 Baby judo 17h35 Poussinets 18h35 Cours compétitions	17h15 Poussins + 2015 18h15/19h30: 2012, Initiatives et +
AITON		10h00 Poussinets 11h00 Poussins Benjamins	
LA ROCHEFETTE		14h00 Poussinets 15h00/16h00 Poussins Benjamins Initiatives	
Autres cours sur	Frontenex / Gilly / La Bathie	Albertville / Beaufort	

VOUS AUSSI VOUS POUVEZ DEVENIR PARTENAIRE DU CLUB...
N'HESITEZ PAS A EN PARLER AUX PROFESSEURS.



Inscriptions et renseignements:
AU 06.85.02.60.46.

AIGUEBELLE AITON
BOURGNEUF LA ROCHEFETTE

Renseignements /inscriptions:
Aiguebelle, Aiton, La Rochette, Bourgneuf
au 0685026046
Albertville, Frontenex, Gilly/Isere, La bathie
au 0684139399

CATEGORIE D'AGES

Séniors..... 2003 et avant
Juniors.....2004/2005/2006
Cadets..... 2007/2008/2009
Minimes.....2010/2011
Benjamins..... 2012/2013
Poussins..... 2014/2015
Poussinets..... 2016/2017/2018
Baby judo..... 2019

ENCADREMENT

Nos professeurs sont titulaires d'un diplôme d'Etat d'Educateur Sportif (BE et DEJEPS).

TARIF SAISON 2022/2023:

205 €
E-mail club: manue.cheminot@wanadoo.fr / jerome.lecca@gmail.com
Tel: 06.84.13.93.99