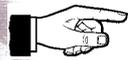
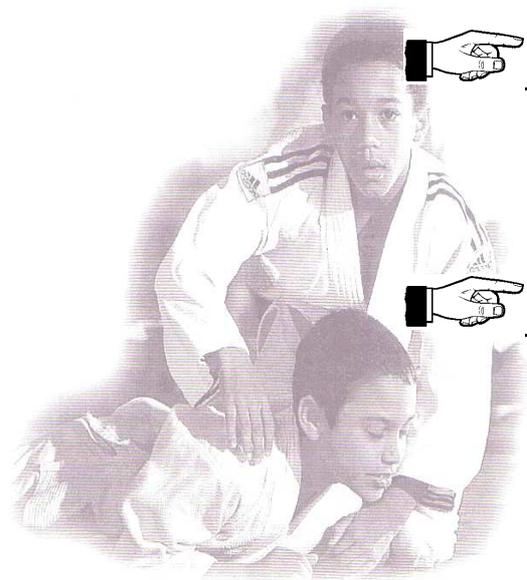


# Stage de Judo de Noel

Le stage se déroulera au Dojo rue de verdun à Nomeny

Du Lundi 19 au Mercredi 21 Décembre 2016

Deux Groupes seront formés :

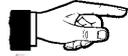


Groupe 1

Garçons et Filles nés de 2008 à 2012

**Le matin de 11h00 à 12h00.**

Jeux éducatifs Judo - Techniques Judo - Debut-Sol  
Préparation pour les passages de ceintures.



Groupe 2

Garçons et Filles nés de 2007 à Adultes

**Le matin de 9h30 à 11h00.**

Techniques de Judo Debut-Sol Etude des Katas  
Techniques de compétition - Arbitrage  
Préparation pour les passages de ceintures.



Le stage sera animé par : - **Roland Mayance** - Professeur de Judo Diplômé d'état Label inter régional  
Ceinture Noire 5<sup>ème</sup> Dan

**CONTACT Tel : 06 87 81 24 69**

**e-mail : roland.mayance@numericable.fr / Site internet : ofpnd.free.fr**

**Possibilité de s'inscrire sur place**

Inscription au stage de Noel à Nomeny( à retourner SVP au Professeur ou au Comité du club de Judo )

Nom. .... Prénom : .....

Club : .....

Année de naissance..... Ceinture:.....

**Coût du stage : 10Euros**