

Judo

ENFANTS À PARTIR DE 4 ANS ET ADULTES

École de vie et de rigueur, le judo offre la possibilité aux plus petits de découvrir et de maîtriser leur corps à travers des exercices de coordination et de latéralisation. Les adultes pourront se préparer à la compétition ou découvrir une activité loisir en alliant combat, sécurité et dépense physique.



HORAIRES (Sous réserve de modifications)

● Gymnase Éric Srecki (Salle Magali Baton) ● Palais des sports Gabriel-Péri (Salle Jean-Luc Rougé)

| Catégories | LUNDI | N° COURS | MARDI | N° COURS | MERCREDI | N° COURS |
|--|-----------------|----------|--------------------------------|------------|---|---|
| Baby-Judo nés en 2013/2014 (un cours au choix) | 16h30 - 17h15 ● | 101 | 17h15 - 18h ● | 102 | 10h45-11h30 ● 11h-11h45 ● 11h45-12h30 ● 15h30-16h15 ● 15h30-16h15 ● 16h15-17h ● 16h15-17h ● | 103 104 105 106 108 107 109 |
| Mini-Poussins nés en 2011/2012 (un cours au choix) | 17h15 - 18h15 ● | 201 | 16h45 - 17h45 ● 18h - 19h ● | 202 203 | 9h45-10h45 ● 14h30-15h30 ● 14h30-15h30 ● | 204 205 206 |
| Poussins nés en 2009/2010 (deux cours au choix) | 18h - 19h ● | 301 | 17h45-18h45 ● | 302 | 8h45-9h45 ● 13h30-14h30 ● 13h30-14h30 ● | 303 304 305 |
| Benjamins nés en 2007/2008 (deux cours au choix) | 18h15 - 19h15 ● | 401 | | | 17h - 18h ● | 402 |
| Minimes nés en 2005/2006 (deux cours) | | | | | 18h - 19h ● | 501 |
| NÉS EN 2004 ET AVANT, CADETS JUNIORS SENIORS | | | | | | |
| Loisirs | | | 19h-20h30 ● | 600 | 19h - 20h30 ● | 600 |
| Compétiteurs | 19h15 - 20h45 ● | 700 | | | 19h - 20h30 ● | 700 |

ADHÉSIONS (LICENCE COMPRISE)

- Un cours par semaine au choix :
- > Baby-Judo, nés en 2013/2014 : 227 €, cours de 45 minutes par semaine.
 - > Mini-poussins, nés en 2011/2012 : 227 €, cours d'une heure par semaine.
- Deux cours par semaine au choix :
- > Poussins, nés en 2009/2010 : 278 €
 - > Benjamins, nés en 2007/2008 : 278 €
 - > Minimes, nés en 2005/2006 : 278 €
- Pour l'ensemble des cours proposés :
- > Cadets, nés en 2002/2003/2004 : 298 €
 - > Juniors, nés en 1999/2000/2001 : 298 €
 - > Seniors, nés en 1998 et avant : 298 €

ÉQUIPEMENT

Kimono et ceinture. Des kimonos Adidas aux couleurs du LSC pourront être achetés sur stand au Palais des sports Gabriel-Péri ainsi qu'au Gymnase Éric Srecki (affichage à la rentrée).

À SAVOIR

Semaine administrative du 3 au 7 septembre de 17h à 19h au gymnase Éric Srecki. Cet accueil est réservé aux personnes qui n'ont pas pu profiter des pré-inscriptions.

L'année sportive : du lundi 10 septembre 2018 au samedi 22 juin 2019.

Cours d'essai du 14 au 30 mai pour les Baby-Judo sur réservation : judoenfants@levallois-sporting-club.fr

La constitution définitive des groupes, déterminée par les niveaux, est du ressort de la section.

Séance de préparation à l'examen de la ceinture noire le mardi et le jeudi de 18h30 à 19h au Gymnase Éric Srecki.

CONTACTS

Président : Hugo Dapino
Bureau du LSC Judo durant les heures des cours, Gymnase Éric Srecki, salle Magali Baton.
Tél : 01 47 58 04 43
Responsable des adultes loisirs : Pedro Samitier
Tél : 06 58 00 56 78
Responsable enfants (du baby-judo aux minimes) : Claude Guillaume
E.mail : judoenfants@levallois-sporting-club.fr
Site Internet : <http://judo.levallois-sporting-club.fr/>

IMPORTANT (pièces à fournir)

Un certificat médical indiquant obligatoirement la mention "apte à la pratique du judo en compétition" devra être remis à la section sportive. Les compétiteurs doivent en conserver une copie pour leur passeport sportif. Aucun élève ne sera accepté en cours sans certificat médical. Un modèle est téléchargeable sur le site internet : <http://judo.levallois-sporting-club.fr>

Afin de rationaliser l'archivage, les certificats médicaux devront être envoyés par mail avant le 25/08/2018 à lscjudo4a14ans@hotmail.fr, merci de nommer le fichier au nom de l'adhérent concerné.

| Catégories | JEUDI | N° COURS | VENDREDI | N° COURS | SAMEDI | N° COURS |
|--|--------------------------------|------------|-----------------|----------|--|--|
| Baby-Judo nés en 2013/2014 (un cours au choix) | | | 16h30 - 17h15 ● | 110 | 9h45-10h30 ● 9h45-10h30 ● 10h30-11h15 ● 10h30-11h15 ● 11h15-12h ● 11h15-12h ● | 111 114 112 115 113 116 |
| Mini-Poussins nés en 2011/2012 (un cours au choix) | | | 17h-18h ● | 207 | 8h45 - 9h45 ● 8h45 - 9h45 ● | 209 208 |
| Poussins nés en 2009/2010 (deux cours au choix) | 17h45 - 18h45 ● 18h - 19h ● | 306 307 | 18h - 19h ● | 308 | | |
| Benjamins nés en 2007/2008 (deux cours au choix) | | | 17h15 - 18h15 ● | 403 | | |
| Minimes nés en 2005/2006 (deux cours) | | | 18h15 - 19h15 ● | 502 | | |
| NÉS EN 2004 ET AVANT, CADETS JUNIORS SENIORS | | | | | | |
| Loisirs | 19h - 20h30 ● | 600 | | | | |
| Compétiteurs | | | 19h15 - 20h45 ● | 700 | | |