

## **CONVOCAATION**

### **STAGE DE TOUSSAINT BENJAMIN(E)S / MINIMES 75 & 94**

**Du 23 au 24 Octobre 2017**

**À l'Institut du Judo, 21-25 avenue de la Porte de Châtillon à Paris**

Cher(e) Ami(e),

Tu as été retenu(e) pour participer **au Stage de Toussaint 75 & 94 du 23 au 24 Octobre à l'Institut du Judo, 21-25 avenue de la porte de Châtillon à Paris**

Tu seras encadré les responsables des benjamins et minimes du Comité du Val de Marne.

Le stage se fera en collaboration avec les judoka du comité de Paris. Ci-dessous tu trouveras le programme des journées de stage:

- 9h : **Accueil et vérification des autorisations**
- 9h30 / 10h30 : **Réveil musculaire, Sport Co...**
- 10h30 / 12h : **JUDO**
- 12h / 13h30 : **Repas et temps libre**
- 13h30 / 15h30 : **JUDO**
- 15h30 / 16h : **MONDO (Echanges, discussions autour du judo)**
- 16h : **Fin du stage**

### **Merci de respecter les horaires !**

- 🚫 **Tu as jusqu'au jeudi 19 Octobre 2017 dernier délai pour t'inscrire. Les inscriptions se font par l'extranet fédéral par ton club ou ton professeur.**
- 🚫 **Tu peux également donner ta réponse par mail à : [yann.benoit@ffjudo.com](mailto:yann.benoit@ffjudo.com) ou par téléphone au **06.67.21.60.01****
- 🚫 **Merci de te munir lors du premier jour de stage de la fiche d'autorisation et de la décharge parentale. Sans cette fiche, nous ne t'accepterons pas sur l'entraînement.**
- 🚫 **Prévoir un repas froid pour les midis.**

Prévoir le nécessaire pour le stage :

- Judogi et le matériel habituel (ceinture, claquettes, gourde)
- Trousse de soins et premiers secours (pansements, strap...)
- Survêtements et chaussures de sport

Le stage est entièrement gratuit.

Nous comptons fortement sur ta présence.

Amitiés sportives.

**Yann BENOIT**  
Conseiller Technique Fédéral 94