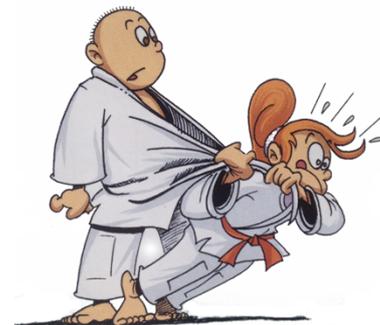


SAINÔ CAMP N° 1



Date : du vendredi 11 au samedi 12 mars 2022

Judokas concernés : Tous les enfants né(e)s entre 2008 et 2015

Lieu : Dojo du Judo-Club Cortaillod-Neuchâtel
Rue des Parcs 38, 2000 Neuchâtel

Direction : Désirée Gabriel, monitrice J+S

Programme vendredi :

17h45	Rendez-vous au dojo de Neuchâtel
18h00 - 19h30	Judo
19h30	Repas (prendre son pique-nique) suivi d'un film au dojo
22h30	Nuit à la Japonaise au dojo de Neuchâtel

Programme samedi :

07h30 - 08h15	Réveil musculaire
08h30	Petit déjeuner
09h30 - 11h30	Judo
12h00	Fin du stage

Coût du stage : CHF 50.- à payer le 1^{er} jour du stage

A prendre avec soi : Judogi
Sac de couchage / Coussin
Affaires de footing (baskets de bonne qualité et adaptées à la course à pied) et affaires de condition physique pour l'intérieur.
Effets personnels, vêtements chauds, gourde.
Pique-nique pour le vendredi soir.

Divers : Jeux de sociétés bienvenus (cartes, Uno, etc...)
Appareils électroniques tolérés, leur utilisation sera gérée par les moniteurs(trices) présents lors du stage !

**DELAI D'INSCRIPTION :
8 MARS 2022**

✂

Nom : Prénom :

Numéro de tél. en cas d'urgence : IMPORTANT !

Indications particulières : (allergies, médicaments etc.)

Date et signature des parents :