

L'ENCADREMENT

Mme HERAS Carole :

Directrice Technique
Brevet d'Etat d'Educateur Sportif 2^{ème} degré
5ème Dan

Mr COULON Mathieu :

Brevet d'Etat d'Educateur Sportif 2^{ème} degré
4ème Dan

Mr NICOLAS Christophe :

CQP Moniteur Arts Martiaux
3^{ème} Dan

PRÉCAUTIONS COVID

Les activités proposées par nos enseignants respecteront les conditions très particulières créées par la pandémie (reprise progressive, intensité adaptée, modes de groupement...)

En fonction du protocole en vigueur, les horaires sont susceptibles de se décaler légèrement pour laisser un temps de désinfection du tatami et du matériel entre les cours.

Un avenant au règlement intérieur de notre association proposera un protocole d'accueil qui permettra de garantir au mieux la sécurité de chacun (sens de circulation, présence des parents réglementée dans le dojo, utilisation des vestiaires...).

Nous comptons sur votre engagement pour que les gestes barrières et la distanciation physique soient respectés aux abords du dojo.

Merci pour votre compréhension.

PLANNING DES COURS

LUNDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI
	14h00-14h45 Eveil Judo (2016)		9h00-10h00 Taïso (2007 et avant)
	15h00-15h45 Baby Judo (2017) Pré Baby Judo (2018)		10h00-11h30 Adultes (2007 et avant) Programme personnalisé
	16h00-17h00 Super poussins 1 (2015)		
17h30-18h30 Super Poussins 1 (2015) Super Poussins 2 (2014)	17h00-18h00 Super Poussins 2 (2014)	17h30-19h00 Benjamins (2010/2011) Minimes (2008/2009)	
18h30-19h30 Poussins 1 (2013) Poussins 2 (2012) Benjamins (2010/2011)	18h15-19h15 Poussins 1 (2013) Poussins 2 (2012)	18h30-19h30 Adultes (2007 et avant) Programme personnalisé	
19h30-21h00 Minimes (2008/2009) Cadets (2005 à 2007) Adultes (2004 et Avant)	19h30-20h30 Taïso (2007 et avant)	19h30-21h00 Cadets (2005 à 2007) Adultes (2004 et avant)	

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS

Mercredi 1^{er} septembre de 16h à 19h

Jeudi 2 septembre de 18h à 20h

Samedi 4 septembre de 10h à 12h

Puis aux heures habituelles des cours selon le protocole en vigueur à la rentrée.

Attention : ne seront acceptés aux cours que les licenciés dont le dossier est complet !!!

**Attention :
Pass Sanitaire
OBLIGATOIRE**

DOCUMENTS A FOURNIR

Le **certificat médical** ou l'**attestation du questionnaire de santé**

Le règlement de la licence et de la cotisation

Le passeport sportif (document fédéral) pour ceux qui le possèdent

Le numéro de sécurité sociale

LES TARIFS 2021 / 2022

Licence FFIDA obligatoire

20 € (2017/2018)

40 € (2016 et avant)

Passeport sportif obligatoire

(sauf pour les adhérents qui en possèdent déjà un et les Judo Educatif)

8€

Cotisation Club

Cours Judo Educatif (2016-17-18) : 95 €

Cours Taïso (2007 et avant) : 125 €

Judo Enfants (2008 à 2015) : 140 €

Judo/Ju Jitsu Adultes (2007 et avant) : 145 €

Tarif famille de septembre à décembre, puis tarif dégressif de janvier à juin / Possibilité de payer en 3 fois pour la cotisation / La licence de 40€ est encaissée à l'inscription.

ESSAI GRATUIT

Possibilité de faire une séance d'essai gratuite et sans engagement **sur simple présentation d'un certificat médical** de non contre-indication à la pratique du Judo et Taïso. Se munir d'un survêtement sans partie métallique ou dure.

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Zoori ou tongs
Gourde d'eau avec prénom
Mouchoirs
Petite serviette
Gel hydroalcoolique

CLUB AFFILIE



N° 01 59 3080

OMNISPORTS

Renseignements

CHARLET Patricia

Présidente

06.65.16.57.27

HERAS Carole

Directrice Technique

06.50.01.82.92

Venez faire un essai !!

@ judoleers@gmail.com

JUDO LEERS OMNISPORTS . Activités proposées

Eveil Judo :

Activités destinées aux enfants de 3 à 5 ans qui visent le développement de la motricité générale (locomotion, équilibration, préhension) et celui du sens social du jeune enfant. Par la réalisation d'activités de découverte de son corps et de l'environnement, il permet un enseignement des règles de "savoir être" en groupe et vise à faciliter le futur apprentissage du judo mais aussi d'autres activités sportives et artistiques.



Judo Jeunes :



Activités destinées aux enfants de 6 à 15 ans qui visent une construction harmonieuse de la personne. Les activités proposées tiennent compte des stades de développement moteur et de la maturité sociale de vos enfants. Notre objectif est d'enrichir leurs compétences techniques et leurs capacités physiques. Votre enfant intégrera les valeurs du code moral et le respect des règles grâce à une approche ludique.

Judo Adultes :

Véritable sport éducatif, permettant à chacun de devenir plus adroit, plus souple, plus fort, le judo peut être commencé à tout âge. Notre enseignement permet la poursuite de nombreux objectifs : pratique compétitive, apprentissage et perfectionnement technique, entretien de la forme physique et de la santé... chacun pouvant évoluer à son rythme. Activité de détente et de plaisir, le Judo est une discipline basée sur l'échange et l'entraide.



Taïso :



C'est une activité accessible à tous et non réservée aux seuls pratiquants des arts martiaux. C'est une pratique qui vise le développement de la condition physique. Ceci passe par le renforcement du système musculaire, l'amélioration de la maîtrise du geste, l'augmentation de la souplesse et l'apprentissage de la relaxation, le tout, dans une ambiance musicale...

Sport santé :

Nos enseignants étant diplômés en « Activités Physiques Adaptées », ils feront avec vous un point sur vos attentes. Réathlétisation après blessure, reprise de l'activité après arrêt prolongé, lombalgie, volonté de se refaire une santé... quelle que soit votre situation, nous vous proposons des activités qui correspondent à vos besoins. Notre objectif : votre santé et votre sécurité au sein d'un groupe convivial.



JUDO LEERS

Dojo

Espace Motte Bossut

37 avenue de Verdun

59115 LEERS

**Reprise
6 septembre 2021**

 <https://m.facebook.com/judoleers/>