

Saison 2019 - 2020

Horaires prévisionnels des entraînements à partir du mardi 10 septembre 2019

Cours	Jour(s)	Horaires	Enseignants	N° du cours
2015 - 2014 Eveil Judo (1 cours par semaine)	Mercredi <i>ou</i>	10h - 11h	Renaud	1
	Samedi	10h15 - 11h15	Bruno	2
2013 - 2012 Pré-Poussins (1 cours par semaine)	Mercredi <i>ou</i>	11h - 12h15	Renaud	3
	Samedi	11h15 - 12h30	Bruno	4
2012 - 2011 - 2010 Poussins (2 cours par semaine)	Mardi <i>et/ou</i>	17h45 - 19h	Bruno	5
	Samedi	9h - 10h15		
2011 - 2010 - 2009 2008 - 2007 Benjamins/Minimes (2 cours par semaine)	Mercredi <i>et/ou</i>	17h30 - 19h	Bruno	6
	Vendredi	17h30 - 19h		
2007 - 2006 - 2005 Juniors - Séniors Adolescents Adultes	Mardi <i>et/ou</i>	19h - 20h30	Bruno	7
	Vendredi	19h - 20h30		
Juniors - Séniors Judo Loisir	Mardi	20h45 - 22h30	Thierry	8
Adultes Taïso (Entretien physique)	Jeudi	19h - 20h30	Thierry	9
Juniors - Séniors Jujitsu Self-Défense	Jeudi	20h30 - 22h30	Thierry	10
Minimes - Cadets Juniors - Séniors Kata, UV Technique	Mardi	20h30 - 20h45	Bruno	11
	Mercredi	19h - 20h		
	Vendredi	20h30 - 20h45		

Tarifs proposés :

Adhérents / famille	Cotisation	Licence FFJDA	Total
1	115 €	40 €	155 €
2	202 €	80 €	282 €
3	281 €	120 €	401 €
4	335 €	160 €	495 €
> 4	335 € + 8 €/adh.	160 € + 40 €/adh.	495 € + 48 €/adh.

Informations diverses :

- ✓ Numéro de portable du club : **07.81.36.71.39** ;
- ✓ Adresse de la salle de judo : **Halle des Sports Clément Moisy** au 1^{er} étage, complexe sportif Pierre Roux, Chemin du Hutrel, 14440 Douvres la Délivrande ;
- ✓ Site Judo Douvres : <https://www.judodouvres.fr> et courriel : judo.douvres@laposte.net

Inscriptions :

- ✓ Soit préinscription dès maintenant en contactant le club, soit au **Forum des Associations** (samedi 7 septembre, à partir de 13h30, Halle des Sports Clément Moisy), soit lors du 1^{er} cours (en fonction du nombre de places disponibles).