

Rentrée saison 2008/2009 à l'ASPTT LANNION JUDO – JUJITSU

1- LANNION, Dojo du stade Michel CONDOM :

Les cours de Judo reprennent à l'ASPTT stade Michel CONDOM à partir du 8 septembre 2008.
Pour les débutants, les cours ont lieu le mercredi de 13h30 à 14h30 et le vendredi de 17h15 à 18h15.

Les activités d'éveil des petits nés en 2002 et 2003 commenceront le samedi 13 septembre, dans l'un des trois cours prévus : à 14, 15 ou 16 heures.

Pour les adultes, les cours de jujitsu ont lieu le lundi à 18h30, les entraînements de judo ont lieu le mercredi à 18h30 et le vendredi à 19h30 .

Les dossiers d'inscription seront remis sur place. Possibilité d'effectuer une ou deux séances d'essai gratuites. (voir la grille des cours spécifique de LANNION et modalités pratiques en annexe 1)

Renseignements secrétariat ASPTT au 02 96 05 83 83 ou site internet <http://www.asptt.com>.

Présence du club au forum des associations de LANNION le 6 septembre 2008.

2- PLESTIN les GREVES, salle de gym du collège du PENKER :

Les cours des enfants reprendront aux horaires habituels le 13 septembre dans la salle de gym du collège du Penker :

De 9h45 à 10h30, pour les 4 à 6 ans en babydo,
De 10h30 à 11h30, pour les enfants ceintures de couleur,
De 11h30 à 12h30, pour les débutants.

Les dossiers d'inscription seront remis sur place. Possibilité d'effectuer une ou deux séances d'essai gratuites, pour les débutants. (voir la grille des cours spécifique de PLESTIN et modalités pratiques en annexe 2)

Renseignements secrétariat ASPTT au 02 96 05 83 83 ou site internet <http://www.asptt.com>.

Présence du club au forum des associations de PLESTIN le 7 septembre 2008.

3- TREGASTEL, salle omnisports :

ASPTT LANNION JUDO – JUJITSU en partenariat avec Tréga'jeunes-animation annonce la reprise des cours de Babydo à compter du mercredi 17 septembre 2008 de 16h30 à 17h15, dans la salle spécifique près de la mairie, et des cours de judo à compter du jeudi 17 septembre de 17 heures 15 à 18 heures 15.

Les dossiers d'inscription seront remis sur place. Possibilité d'effectuer une ou deux séances d'essai gratuites, pour les débutants. (voir la grille des cours spécifique de TREGASTEL et modalités pratiques en annexe 3)

Renseignements secrétariat ASPTT au 02 96 05 83 83 ou site internet <http://www.asptt.com>.

ANNEXE 1
Les grilles de cours pour la saison 2008– 2009

JUDO à LANNION dojo de l'ASPTT - SAISON 2008/2009

JOUR	HORAIRE	CATEGORIE	RESPONSABLE
Lundi	18h30 à 20h00 20h00 à 21h30	Jujitsu (self défense) Judo adultes à PLEUMEUR	L. GUILLO I. MERRANT
Mardi			
Mercredi	13h30 à 14h30 14h30 à 15h30 15h30 à 16h30 14h30 à 15h30 18h30 à 20h *	enfants débutants (02 à 01) enfants confirmés (00 à 99) débutants+ confirmés (98 à 94) Préparation physique (98 à 94) adultes et débutants cours technique et loisir	I. MERRANT J. LE ROUZIC C. RAOUL C. RAOUL L. GUILLO
Jeudi	17h00 à 18h45	KATAS et JUJITSU (travail libre)	L. GUILLO
Vendredi	17h15 à 18h15 18h15 à 19h30 19h30 à 21h**	Enfants débutants (02 à 00) Enfants confirmés (99 à 95) adultes, cours compétition	I.MERRANT + J.R. COUDRIN + J. LE ROUZIC I. MERRANT
Samedi	14h00 à 14h45 15h00 à 15h45 16h00 à 16h45 17h45 à 18h45	Initiation sportive (2003 à 2004) Initiation sportive (2003 à 2004) Initiation sportive (2003 à 2004) Katas	I. MERRANT I. MERRANT C. RAOUL I. MERRANT
Dimanche			

* Le premier mercredi du mois : cours commun à PENVENAN 19h à 20h30

** Le cours est commun aux clubs de l'APJT et orienté compétition

INSCRIPTIONS ASPTT LANNION SECTION JUDO SAISON 2008/2009

MODALITES D'INSCRIPTION

<u>Nouveaux adhérents</u>	<u>Anciens adhérents</u>
<ul style="list-style-type: none"> - Une feuille d'inscription remplie et signée, - Un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du JUDO ou JUJITSU. - La demande de licence complétée et signée. 	<ul style="list-style-type: none"> - Une feuille d'inscription remplie et signée, - Le passport sportif visé par le médecin ou à défaut le certificat médical d'aptitude attestant l'absence de contre-indications à la pratique du JUDO en compétition, - La demande de licence complétée et signée.

Cotisations 2008/2009 : Le montant de la cotisation ASPTT est de 115 € pour les adultes (18 ans et +) et de 100 € pour les – 18 ans, à régler à l'ordre de l'ASPTT LANNION, + un chèque de 8€ à l'ordre de l'APJT, et un chèque de 3€ pour les compétiteurs (nés en 98 ou avant) qui s'inscrivent au club DOJO CÔTES de GRANIT. La cotisation des jeunes en initiation sportive est de 85€ licence fédérale obligatoire incluse.

Notes :

- 1) – Remettre votre inscription comprenant **toutes les pièces**, à votre responsable de cours le plus rapidement possible.
- 2) – Avec votre demande de licence, vous recevez une copie du contrat d'assurance de base. Il existe une possibilité de complément d'assurance individuelle, demander au responsable les documents appropriés.
- 3) – Possibilité de s'abonner à la revue JUDO magazine par l'intermédiaire du club.

Voir au verso le calendrier des cours

Annexe 2
CALENDRIER DES COURS de JUDO à l'ASPTT - SAISON 2008/2009

PLESTIN LES GREVES

A partir du samedi 13 septembre 2008 dans la salle de gym du collège du PENKER

JOUR	HORAIRE	CATEGORIE	RESPONSABLE
Samedi	9h45 à 10h30 10h30 à 11h30 11h30 à 12h30	4 - 6 ans : initiation sportive ceintures de couleurs enfants débutants	I. MERRANT I. MERRANT I. MERRANT
Dimanche			

Voir au dos les modalités d'inscription

INSCRIPTIONS ASPTT LANNION SECTION JUDO SAISON 2008/2009

MODALITES D'INSCRIPTION

--	--

<u>Nouveaux adhérents</u>	<u>Anciens adhérents</u>
<ul style="list-style-type: none"> - Une feuille d'inscription remplie et signée, - Un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du JUDO ou JUJITSU. - La demande de licence complétée et signée. 	<ul style="list-style-type: none"> - Une feuille d'inscription remplie et signée, - Le passport sportif visé par le médecin ou à défaut le certificat médical d'aptitude attestant l'absence de contre-indications à la pratique du JUDO en compétition, - La demande de licence complétée et signée.

Cotisations 2008/2009 :

Le montant de la cotisation ASPTT est de 100 € pour les – 18 ans, à régler **à l'ordre de l'ASPTT LANNION**, plus un chèque de 3€ pour les compétiteurs (nés en 98 ou avant) qui s'inscrivent au **club DOJO CÔTE de GRANIT à l'ordre du DOJO CÔTE de GRANIT**.

La cotisation des jeunes en initiation sportive est de 85€ licence fédérale obligatoire incluse.

Notes :

- 4) – Remettre votre inscription comprenant **toutes les pièces**, à votre responsable de cours le plus rapidement possible.
- 5) – Avec votre demande de licence, vous recevez une copie du contrat d'assurance de base. Il existe une possibilité de complément d'assurance individuelle, demander au responsable la documentation ou le formulaire approprié.
- 6) – Possibilité de s'abonner à la revue JUDO magazine par l'intermédiaire du club.

Voir au verso le calendrier des cours

Annexe 3

CALENDRIER DES COURS de JUDO de l'ASPTT - SAISON 2008/2009

TREGASTEL

A partir du mercredi 17 septembre 2008 :

- Relais des assistantes maternelles à la mairie le mercredi,
- dans la salle des sports le jeudi.

JOUR	HORAIRE	CATEGORIE	RESPONSABLE
Mercredi	16h30 à 17h15	4 - 6 ans : initiation sportive	C. RAOUL
Jeudi	17h15 à 18h15	Débutants et ceintures de couleurs	I. MERRANT

Voir au dos les modalités d'inscription

MODALITES D'INSCRIPTIONS ASPTT LANNION SECTION JUDO SAISON 2008/2009

<u>Nouveaux adhérents</u>	Anciens adhérents
<ul style="list-style-type: none">- Une feuille d'inscription remplie et signée,- Un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du JUDO ou JUJITSU.- La demande de licence complétée et signée.	<ul style="list-style-type: none">- Une feuille d'inscription remplie et signée,- Le passport sportif visé par le médecin ou à défaut le certificat médical d'aptitude attestant l'absence de contre-indications à la pratique du JUDO en compétition,- La demande de licence complétée et signée.

Cotisations 2008/2009 :

Le montant de la cotisation ASPTT est de **105€** pour les – 18 ans, à régler à l'ordre de **l'ASPTT LANNION**, plus un chèque de **3€** pour les compétiteurs (nés en 99 ou avant) qui s'inscrivent au **club DOJO CÔTE de GRANIT à l'ordre du DOJO CÔTE de GRANIT.**

La cotisation des jeunes en initiation sportive est de **75€.**

L'inscription à **Tréga-jeunes animation** qui est de **5 €**, est incluse dans le montant de la cotisation.

Notes :

- 7) – Remettre votre inscription comprenant **toutes les pièces**, à votre responsable de cours le plus rapidement possible.
- 8) – Avec votre demande de licence, vous recevez une copie du contrat d'assurance de base. Il existe une possibilité de complément d'assurance individuelle, demander au responsable la documentation ou le formulaire approprié.
- 9) – Possibilité de s'abonner à la revue JUDO magazine par l'intermédiaire du club.

Voir au verso le calendrier des cours