

TREBAS Les Bains (Tarn) 81340
(35 Km d'Albi au bord du Tarn) (St juéry puis vallée du Tarn)

STAGE DE JUDO

Organisation Judo Club Puygouzon : **06-88-87-99-18**

Période : de 6 jours

Du LUNDI 8 au SAMEDI 13 Juillet 2019

Direction Technique : Pascal JEANSON : Responsable principal du séjour, professeur diplômé d'état CN 4° Dan, directeur technique du JCP assisté de ceintures noires du club.
(stage déclaré jeunesse et sports)

Stage : Ouvert aux enfants (Filles/Garçons) regroupés en 2 groupes
- les 8/11 ans (Poussins/Benjamins) et les 12/15 ans (Minimes/Cadets.)
- 44 places Maximum (réservez le plus tôt possible.)

Intendance : MJC Trébas

Hébergement : Camping de Trébas (Tentes de 8 ou de 4 ou de 2)

Programme du Stage

Matins : **JUDO** - en fonction des 2 groupes : (travail technique, tactique, préparation physique, musculation, randori, kata, vidéo.)

Après Midi : **Loisirs** : Journée Parc de loisirs ; Canoë - Kayak ; ;

Piscine ; Soirée musique ; Intervilles ; Tournoi Sports Collectifs : Tournoi pétanque ; Tennis ; Ping-pong ; spectacle de fin de Stage.

Départ : pris en charge par le JCP (Autocar).Rendez vous à 9h00 salle judo à Puygouzon le LUNDI matin.

Retour : pris en charge par les familles. Rendez vous le dernier jour à 12h00 à **TREBAS**. Spectacle de fin de stage : Samedi 13 Juillet de 12h00 / 12h30 puis retour dans les familles après l'apéritif.

PRIX du STAGE = 295 € (TTC) (6 jours)

Les chèques vacances et les coupons sports sont acceptés. Un courrier sera adressé à chaque participant début Juillet pour préciser les détails du séjour et la liste des affaires essentielles.