

Stage de Pâques 2018

A l'attention des Minimes – Cadets - Juniors

DOJO Avenue des COSMONAUTES – Rond point de la division Leclerc

Pendant les vacances de pâques, un stage pour les minimes, cadets, juniors est organisé en fin d'après-midi. Cette organisation permettra aux jeunes de faire leurs devoirs durant la journée.

	Minimes 04/05	Cadets 01/ 02 / 03	Juniors 00 / 99 / 98
Lundi 16 Avril	17H30 – 21H00	17H30 – 21H00	17H30 – 21H00
Mardi 17 Avril	████████████████████	IJ (Paris)	IJ (Paris)
Mercredi 18 Avril	17H30 – 21H00	17H30 – 21H00	17H30 – 21H00
Jeudi 19 Avril	████████████████████	IJ (Paris)	IJ (Paris)
Vendredi 20 Avril	17H30 – 21H00	17H30 – 21H00	17H30 – 21H00
Lundi 23 Avril	17H30 – 21H00	17H30 – 21H00	17H30 – 21H00
Mardi 24 Avril	████████████████████	IJ (Paris)	IJ (Paris)
Mercredi 25 Avril	17H30 – 21H00	17H30 – 21H00	17H30 – 21H00
Jeudi 26 Avril	████████████████████	IJ (Paris)	IJ (Paris)
Vendredi 27 Avril	17H30 – 21H00	17H30 – 21H00	17H30 – 21H00



Préparation à la ceinture noire – Pour les judokas concernés par la ceinture noire, une préparation spécifique aura lieu en prévision d'un passage de grade.

Chaque judoka devra se munir d'un survêtement, d'une paire de baskets, d'un kimono, d'une petite collation (1, 5 L d'eau en bouteille pour la journée, barres de céréales ou chocolatées...), des vêtements de pluie et d'un rechange et d'une petite trousse à pharmacie.

L'Etoile Sportive de Blanc Mesnil rappelle que les activités proposées sont totalement gratuites.

Laurent Jouanneau,
Directeur technique de l'ESBM Judo