

Planning des Vacances de la Toussaint 2023

LA MAISON DES ARTS MARTIAUX (M.A.M)

Avenue Descartes

93150 - Le Blanc Mesnil

A l'Etoile Sportive de Blanc-Mesnil Judo, vacances scolaires ne riment pas forcément avec arrêt de l'activité Judo. Pendant les vacances de la Toussaint, vous aurez la possibilité de pratiquer le judo.

Les horaires des activités et des cours de judo sont résumés dans le planning au verso. Vous pouvez demander des renseignements complémentaires à vos professeurs de judo, **CONSULTER** notre **site** où **appeler le 06.11.60.11.37**.



TOUS LES COURS DE JUDO ET LE STAGE SPORTIF SE DEROULERONT A LA MAISON DES ARTS MARTIAUX Avenue Descartes, Le Blanc Mesnil.

Les cours de la Maison Pour Tous de Jean Jaurès et Delaune 2 seront supprimés.

Stage sportif

Le club organise **quatre demi-journées sportives**, elles auront lieu :

- **LE MARDI 24 Octobre 2023 de 8H30 à 12H00 pour les Mini Poussins et Poussins (2017,2016, 2015 et 2014)**
- **LE MARDI 24 Octobre 2023 de 13H30 à 17h00 pour les Benjamins et Minimes (2013, 2012, 2011 et 2010)**
- **LE JEUDI 26 Octobre 2023 de 8H30 à 12H00 pour les Mini Poussins et Poussins (2017,2016, 2015 et 2014)**
- **LE JEUDI 26 Octobre 2023 de 13H30 à 17h00 pour les Benjamins et Minimes (2013, 2012, 2011 et 2010)**
- **LE MARDI 31 Octobre 2023 de 8H30 à 12H00 pour les Mini Poussins et Poussins (2017,2016, 2015 et 2014)**
- **LE MARDI 31 Octobre 2023 de 13H30 à 17h00 pour les Benjamins et Minimes (2013, 2012, 2011 et 2010)**
- **LE JEUDI 02 Novembre 2023 de 8H30 à 12H00 pour les Mini Poussins et Poussins (2017,2016, 2015 et 2014)**
- **LE JEUDI 02 Novembre 2023 de 13H30 à 17h00 pour les Benjamins et Minimes (2013, 2012, 2011 et 2010)**

Elles sont réservées aux **Mini Poussins (2017/2016)**, **Poussins (2015/2012)**, **Benjamins (2013/2012)** et **Minimes (2011/2010)**. Lors de ces demi-journées sportives, les judokas pratiqueront du judo mais aussi d'autres activités sportives et extra-sportives.

Chaque judoka devra se munir d'un survêtement, d'une paire de baskets, des vêtements de pluie, d'un rechange, d'un judogi, d'un gel hydro alcoolique et d'une bouteille d'eau.

Minimes compétiteur : Un stage organisé par l'IDF du lundi 23 au Mercredi 25 octobre de 9h00 à 16h00. Prévoir le repas du midi trousse à pharmacie et ticket pour Paris aller retour ou carte Navigo. Ce stage se déroulera à l'institut du judo, départ de la gare du Blanc mesnil à 8h00 avec un professeur du club.

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

L'ESBM Judo

E.S.B.M Judo - 29 rue Léo Delibes - 93150 le Blanc-Mesnil



Consultez toutes nos informations sur notre site : www.esbmjudo.com

 **06.11.60.11.37**  esbmjudo@gmail.com

PLANNING DES COURS - VACANCES DE LA TOUSSAINT 2023

	Baby 2019/2018	Mini-Poussins 2017/2016	Poussins 2015 / 2014	Benjamins 2013 / 2012	Minimes 2011 / 2010	Ados Adultes 2009 et avant
Samedi 21 Octobre	14h00 – 15h00	15h00 – 16h00	16h00 – 17h00	17h00 – 18h30	17h00 – 18h30	
Dimanche 22 Octobre						
Lundi 23 Octobre					9H00 – 16H00 IDF	
Mardi 24 Octobre		8H30 – 12H00		13H30 - 17H00	9H00-16H00 IDF	17h30 - 20h30
Mercredi 25 Octobre					9H00 – 16H00 IDF	
Jeudi 26 Octobre		8H30 – 12H00		13H30 - 17H00		17h30 - 20h30
Vendredi 27 Octobre						
Lundi 30 Octobre						
Mardi 31 Octobre		8H30 – 12H00		13H30 - 17H00		17h30 - 20h30
Mercredi 01 Novembre						
Jeudi 02 Novembre		8H30 – 12H00		13H30 - 17H00		17h30 - 20h30
Vendredi 03 Novembre						

L'ensemble des cours des Maisons Pour Tous de Jean Jaurès et Delaune 2 seront supprimés.

Reprise des cours normalement à partir du lundi 6 Novembre 2023 dans tous les dojos.

