

L'**Alliance Judo Jiu-jitsu Lyon**,  
ainsi que les  
**MJC Laënnec-Mermoz**,  
**Monplaisir et Espace 4 vents**  
vous proposent un stage Multi-  
sports

Au programme :

Judo, Jujitsu et Jujitsu Brésilien  
**Sortie au Bowling**  
Sensibilisation à la Nutrition  
Préparation du corps à l'effort



Coût du stage :

1 jour : 20 euros  
2 jours : 35 euros

Dojo des États Unis

Tram T4, T6 ou C22  
Arrêt CISL Prof. Beauvisage

**Inscription à ramener avant**  
**Samedi 22 Oct. 2022**



# Alliance Judo Jujitsu Lyon

à le plaisir de vous  
proposer des  
**stages**  
**Multi-sports**  
pour les  
8/15 ans

**Les mercredi**  
**26 Oct. et 2 Nov. 2022**

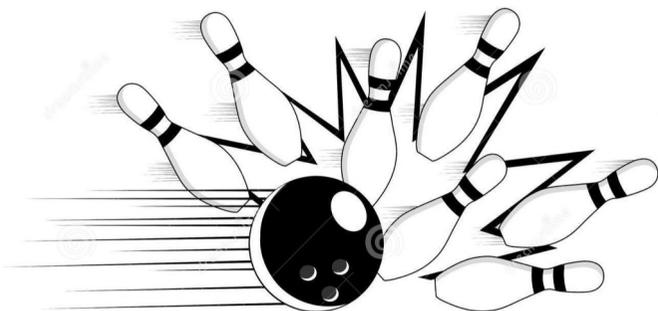


**Dojo Espace 101**  
**101 boulevard des**  
**États-Unis**  
**69 008 Lyon**



## HORAIRES ET PLANNING

- 9h : Accueil (devant l'espace 101)
- 9h30-10h : Petit jeux, échauffement
- 10h-11h : Judo
- 11h-12h : Jujitsu combat ou JJB
- 12h-12h30 : Pique-nique
- 13h-15h : Bowling
- 15h30-17h : Judo - Jujitsu
- 17h15 : Départ des enfants



## A PREVOIR

- Kimono et Ceinture
- Tonges et bouteille d'eau
- 2 tickets de transport TCL
- Pique-nique et goûter  
**(Pas de soda ni de gâteau apéritifs)**
- Une tenu pour ne pas aller au bowling en kimono
- Un manteau chaud



**Pour tous renseignements  
appeler Thomas au  
07.56.89.90.51**

## INSCRIPTION AU STAGE

J'inscris mon fils / ma fille  
Son NOM: .....  
Son PRÉNOM .....  
Né(e) le: ...../...../.....  
Son Adresse: .....

Votre Mail: .....

A la journée du (20€)

Pour les deux journées (35€)

- Je règle le montant total de .....€

Chèque à l'ordre de l'**Alliance Jiu-jitsu**

Personne à prévenir en cas d'accident :

Téléphone domicile: .....

Téléphone travail: .....

Téléphone portable: .....

## AUTORISATION PARENTALE

Je soussigné(e) .....

autorise mon fils/ma fille .....

à participer au stage organisé par l'Alliance  
Jiu-jitsu 69 le **26 Oct. et/ou 2 Nov. 2022.**

En cas d'accident:

Je soussigné(e) .....

autorise les professeurs à faire effectuer toute  
intervention médicale susceptible d'être  
nécessaire.

DATE: ...../...../.....

SIGNATURE du représentant légal du mineur