

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 laser game

Sensibilisation à la Nutrition

Préparation du corps à l'effort

Arbitrage



Coût du stage :

1 jour : 25 euros

2 jours : 45 euros

Dojo des États Unis

Tram T4, T6 ou C22

Arrêt CISL Prof. Beauvisage

Inscription à ramener avant
Samedi 28 Janv. 2023



Alliance
Judo Jiu-jitsu
Lyon

a le plaisir de vous
proposer des
stages
Multi-sports
pour les
8/15 an

Les mercredi
08 et 15 Fév. 2023



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



HORAIRES ET PLANNING

- 9h : Accueil (devant l'espace 101)
- 9h30-10h : Petit jeux sur le tapis
- 10h-11h : Judo
- 11h-12h : Jujitsu combat ou JJB
- 12h-12h30 : Pique-nique
- 13h-16h : Laser-game
- 16h-17h : Randori et arbitrage
- 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 tenue pour aller au LASER GAME
- Un manteau chaud suivant le temps



**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 (25€)

Pour les deux journées (45€)

- 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
Judo Jiu-jitsu le **08 Fév. et/ou le 15 Fév.. 2023.**

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