

## **HORAIRES ET CALENDRIERS 2023/2024**



Reprise des cours le lundi 11 septembre. 3 cours d'essai gratuits.

Pas de cours les jours fériés et pendant les vacances scolaires mais stages multi sport (périodes à définir)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
<b>Judo 1</b> 4 ans	de 17h45 à 18h30			de 17h45 à 18h30		
<b>Judo 2</b> 5/7 ans		de 17h45 à 18h45			de 17h45 à 18h45	
<b>Judo 3</b> 8/10 ans		de 18h45 à 19h45			de 18h45 à 19h45	
<b>Judo 4</b> 11/13 ans	de 18h30 à 19h30			de 18h30 à 19h30		
<b>Judo Adultes</b> 14 ans et +		de 19h45 à 21h15			de 19h45 à 21h15	
<b>Sambo Enfants</b> 6/13 ans			de 18h00 à 20h00			
<b>Sambo Adultes</b> 14 ans et +	de 19h30 à 21h00			de 19h30 à 21h00		
<b>Cardio Boxing</b> Self Defense			de 20h00 à 21h00			
<b>Cardio Training</b>						de 10h00 à 11h30

## **HORAIRES ET CALENDRIERS 2023/2024**



Reprise des cours le lundi 11 septembre. 3 cours d'essai gratuits.

Pas de cours les jours fériés et pendant les vacances scolaires mais stages multi sport (périodes à définir)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
<b>Judo 1</b> 4 Ans	de 17h45 à 18h30			de 17h45 à 18h30		
<b>Judo 2</b> 5/7 Ans		de 17h45 à 18h45			de 17h45 à 18h45	
<b>Judo 3</b> 8/10 Ans		de 18h45 à 19h45			de 18h45 à 19h45	
<b>Judo 4</b> 11/13 Ans	de 18h30 à 19h30			de 18h30 à 19h30		
<b>Judo Adultes</b> 14 ans et +		de 19h45 à 21h15			de 19h45 à 21h15	
<b>Sambo Enfants</b> 6/13 Ans			de 18h00 à 20h00			
<b>Sambo Adultes</b> 14 ans et +	de 19h30 à 21h00			de 19h30 à 21h00		
<b>Cardio Boxing</b> Self Defense			de 20h00 à 21h00			
<b>Cardio Training</b>						de 10h00 à 11h30

## **TARIFS**

Judo ou Sambo	200 €	Training ou cardio boxing	130 €
Judo + Sambo	300 €	Cardio Training + cardio boxing	200 €

Païement en espèces, virement bancaire ou par chèque jusqu'à 3 fois (ordre : Judo Athlétic Poussanais)

## **INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES**

Merci de nous signaler tous changements de situation ou de renseignements qui surviendront au cours de l'année afin de pouvoir mettre à jour votre dossier.

**Tout au long de la saison, des rappels d'informations seront transmis via le groupe d'informations Facebook ainsi que par mail. Pensez à surveiller régulièrement vos courriers électroniques (boite de réception et indésirables).**

## **CONTACTS**

Dojo Jean-Claude Peytavi - Complexe sportif des Baux – Chemin de Loupian – 34560 POUSSAN

 Mail : [contact@jap-poussan.fr](mailto:contact@jap-poussan.fr)  Site internet : <http://www.jap-poussan.fr/>

 Page Facebook : <https://www.facebook.com/jap.poussan/>

Groupe Facebook d'informations aux adhérents : [www.facebook.com/groups/infos.club.jap/](http://www.facebook.com/groups/infos.club.jap/)

## **DOCUMENTS À FOURNIR**

- la feuille "fiche de renseignements" / "fiche sanitaire et autorisations"
- un certificat médical avec la mention « apte à la compétition » ou passeport tamponné par le médecin
- la cotisation

## **TARIFS**

Judo ou Sambo	200 €	Training ou cardio boxing	130 €
Judo + Sambo	300 €	Cardio Training + cardio boxing	200 €

Païement en espèces, virement bancaire ou par chèque jusqu'à 3 fois (ordre : Judo Athlétic Poussanais)

## **INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES**

Merci de nous signaler tous changements de situation ou de renseignements qui surviendront au cours de l'année afin de pouvoir mettre à jour votre dossier.

**Tout au long de la saison, des rappels d'informations seront transmis via le groupe d'informations Facebook ainsi que par mail. Pensez à surveiller régulièrement vos courriers électroniques (boite de réception et indésirables).**

## **CONTACTS**

Dojo Jean-Claude Peytavi - Complexe sportif des Baux – Chemin de Loupian – 34560 POUSSAN

 Mail : [contact@jap-poussan.fr](mailto:contact@jap-poussan.fr)  Site internet : <http://www.jap-poussan.fr/>

 Page Facebook : <https://www.facebook.com/jap.poussan/>

Groupe Facebook d'informations aux adhérents : [www.facebook.com/groups/infos.club.jap/](http://www.facebook.com/groups/infos.club.jap/)

## **DOCUMENTS À FOURNIR**

- la feuille "fiche de renseignements" / "fiche sanitaire et autorisations"
- un certificat médical avec la mention « apte à la compétition » ou passeport tamponné par le médecin
- la cotisation