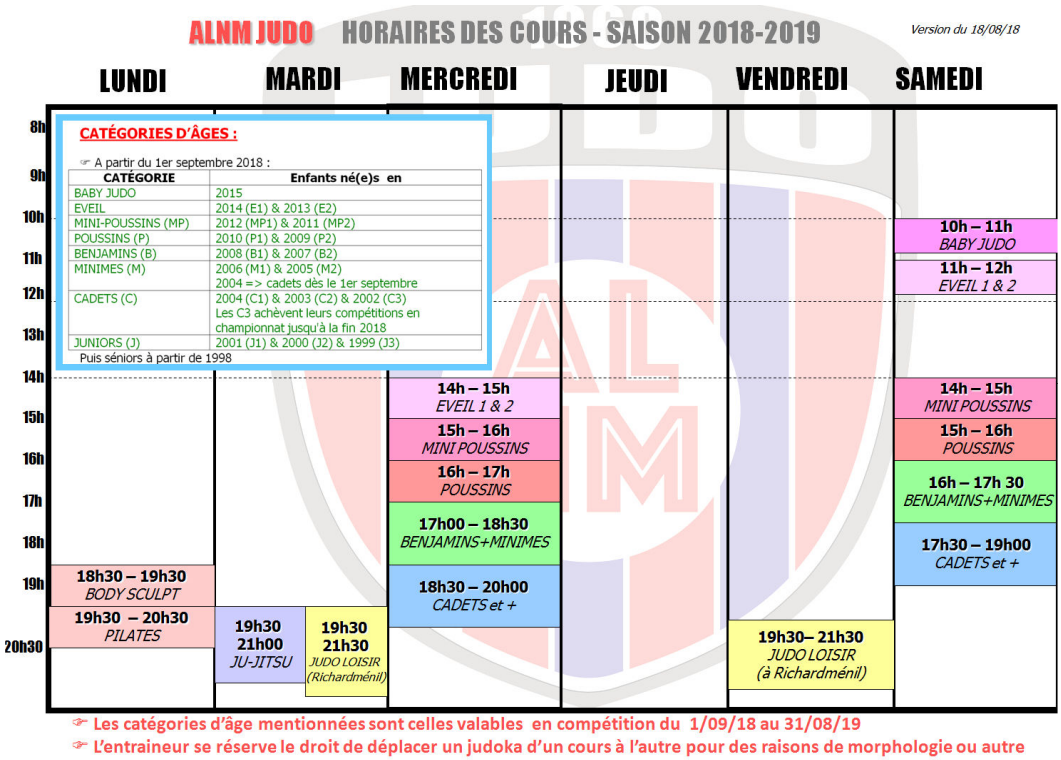
ALNM section JUDO alnm.judo@laposte.net Site : http://alnmjudo.clubeo.com/
Présidente : Clotilde WATELET-BESANÇON 06.07.99.73.57
1 rue des Saules 54230 Neuves-Maisons
Secrétaire : Yves DUPUY - Trésorier : Jean-Charles JOBERT
Entraîneur : Yohann HARMAND

INFORMATIONS
RENTRÉE 2018-2019

HORAIRES DES COURS & ACTIVITÉS:



⇨ https://www.dropbox.com/s/e2w1ajmxzatakzy/ALNM%20JUDO%20horaires%20des%20cours%202018%2019.jpg?dl=0

Pour certaines catégories, deux cours sont prévus et obligatoires (voir avec l'entraineur en cas de problème pour assister aux deux cours). La cotisation sera la même quel que soit le nombre de cours suivis.
Les cours ont lieu toute l'année de septembre à fin juin, vacances scolaires incluses (sauf fêtes et jours fériés). Des stages sont proposés lors des vacances scolaires (1 semaine).
Ils n'occasionnent pas de frais supplémentaires.

La rentrée 2018 est prévue :
☞ le mercredi 5 septembre
☞ le samedi 8 septembre 13h30-17h30 - portes ouvertes à la MVA (présentation de toutes les activités offertes par tous les clubs et associations du secteur)

ALNM section JUDO alnm.judo@laposte.net Site : http://alnmjudo.clubeo.com/
Présidente : Clotilde WATELET-BESANÇON 06.07.99.73.57
1 rue des Saules 54230 Neuves-Maisons
Secrétaire : Yves DUPUY - Trésorier : Jean-Charles JOBERT
Entraîneur : Yohann HARMAND

ESSAIS: 2 séances sont offertes à quiconque souhaite essayer l'une de nos disciplines (pré-inscription sur place obligatoire sur document dédié pour des raisons d'assurance).

INSCRIPTIONS :

Les inscriptions ont lieu en 2 étapes :
1- en ligne : saisie de vos informations et souhait d'activité
2- puis à la MVA (maison de la vie associative, face au dojo) le jour des portes ouvertes :
❒ Samedi 8/09 de 13h30 à 17h30 à la MVA (à côté de la salle Plumet
❒ Samedi 15/09 au dojo lors des cours.

Un certificat médical (modèle à télécharger) est à fournir dès que possible (30/09 dernier délai ; au-delà, l'accès au tatamis sera interdit).

Une autorisation parentale est à remettre remplie et signée lors de l'inscription.

⇨ Documents disponibles à ce lien (format PDF, si besoin, télécharger un logiciel gratuit comme PDF VIEWER):
https://www.dropbox.com/sh/kl2pzurodqrr2yh/AABAQtJDMvmDOJ9Dw7PMRqf1a?dl=0

TARIFS :

Nouveautés 2018-2019 : nouveaux prix, étudiés au plus juste, montant net par adhérent.

Les montants ci-dessous comprennent :
la licence fédérale 38€ (assurance) + l'adhésion à l'association ALNM 5€ + la cotisation (cours de judo) + les stages ayant lieu pendant les vacances scolaires (dès le niveau poussins).
Ils sont dus pour toute l'année dès l'inscription.
Versement : au choix en 1 fois (1chèque ou 1 virement, RIB ci-après) ou en 3 versements (immédiat fin septembre, 6/11 et 6/12). Prélèvement automatique possible.

Types de cours	Montant à l'année
EVEIL JUDO/ BABY JUDO	143 €
CEINTURES DE COULEURS	193 €
CEINTURES NOIRES	143 €
JU-JITSU	143 €
JUDO LOISIR	143 €
PILATES ou BODYSCULPT	110 €
PILATES et BODYSCULPT Offre spéciale rentrée 2018	143 €

Ceintures de couleurs = de minipoussins à sénior hors ceinture noire.

RELEVE D'IDENTITE BANCAIRE

TITULAIRE			
AMICALE LAIQUE NEUVES MAISONSNTO			
SECTION JUDO			
CODE	CODE	NUMERO	CLE
BANQUE	GUICHET	COMPTE	RIB
30002	07341	0000070451K	15
DOMICILIATION			
NEUVES MAISONS	(07341)		

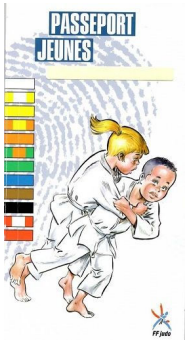
IDENTIFICATION INTERNATIONALE
IBAN : FR35 3000 2073 4100 0007 0451 K15
BIC : CRLYFRPP

Les cours de judo ont lieu toute l'année de septembre à juin inclus (fête du club le 29 juin). Pendant les vacances scolaires des stages sont proposés, certains cours sont donc supprimés.
Les cours de Pilates et de Bodysculpt sont assurés en dehors des congés scolaires.

ALNM section JUDO alnm.judo@laposte.net Site : http://alnmjudo.clubeo.com/
Présidente : Clotilde WATELET-BESANÇON 06.07.99.73.57
1 rue des Saules 54230 Neuves-Maisons
Secrétaire : Yves DUPUY - Trésorier : Jean-Charles JOBERT
Entraîneur : Yohann HARMAND

INFORMATION/ACTUALITÉ :

Le site du club reste la 1ère source d'information
⇨ http://www.alnmjudo.fr



Une page Facebook est également disponible :
⇨ https://www.facebook.com/alnm.judo?ref=ts&fref=ts
Pensez à vous y abonner (vous + votre enfant s'il dispose d'un compte).

PASSEPORTS : important, dès le niveau poussin

Un passeport accompagne l'enfant en compétition dès le niveau « benjamin ».
Nous demandons aux parents de le commander dès le niveau « poussin » auprès du Comité de judo de Meurthe & Moselle (via le formulaire dédié mis à disposition).

CATÉGORIES D'ÂGES :

☞ A partir du 1er septembre 2018 :

CATÉGORIE	Enfants né(e)s en
BABY JUDO	2015
EVEIL	2014 (E1) & 2013 (E2)
MINI-POUSSINS (MP)	2012 (MP1) & 2011 (MP2)
POUSSINS (P)	2010 (P1) & 2009 (P2)
BENJAMINS (B)	2008 (B1) & 2007 (B2)
MINIMES (M)	2006 (M1) & 2005 (M2) 2004 => cadets dès le 1er septembre
CADETS (C)	2004 (C1) & 2003 (C2) & 2002 (C3) Les C3 achèvent leurs compétitions en championnat jusqu'à la fin 2018
JUNIORS (J)	2001 (J1) & 2000 (J2) & 1999 (J3)

Puis séniors à partir de 1998

ALNM section JUDO alnm.judo@laposte.net Site : http://alnmjudo.clubeo.com/
Présidente : Clotilde WATELET-BESANÇON 06.07.99.73.57
1 rue des Saules 54230 Neuves-Maisons
Secrétaire : Yves DUPUY - Trésorier : Jean-Charles JOBERT
Entraîneur : Yohann HARMAND

CATÉGORIES DE POIDS : (pour les enfants souhaitant faire de la COMPÉTITION)

⇨ Chez le jeune enfant, les judokas sont affectés dans des groupes morphologiques homogènes et par sexe.

A partir de la catégorie d'âge «benjamin», l'organisateur peut recourir aux catégories officielles.

Nous recommandons de ne pas faire faire de régime aux enfants.
Nous conseillons de veiller à leur apporter une alimentation diversifiée tout au long de l'année, selon les recommandations du Programme National de Nutrition Santé.
(voir ☞ **http://www.mangerbouger.fr/**)
L'entraineur sera amené à peser les enfants dans le but de préparer les compétitions.

⇨ Voici les catégories officielles de la fédération française de judo :

☞ Femmes/filles

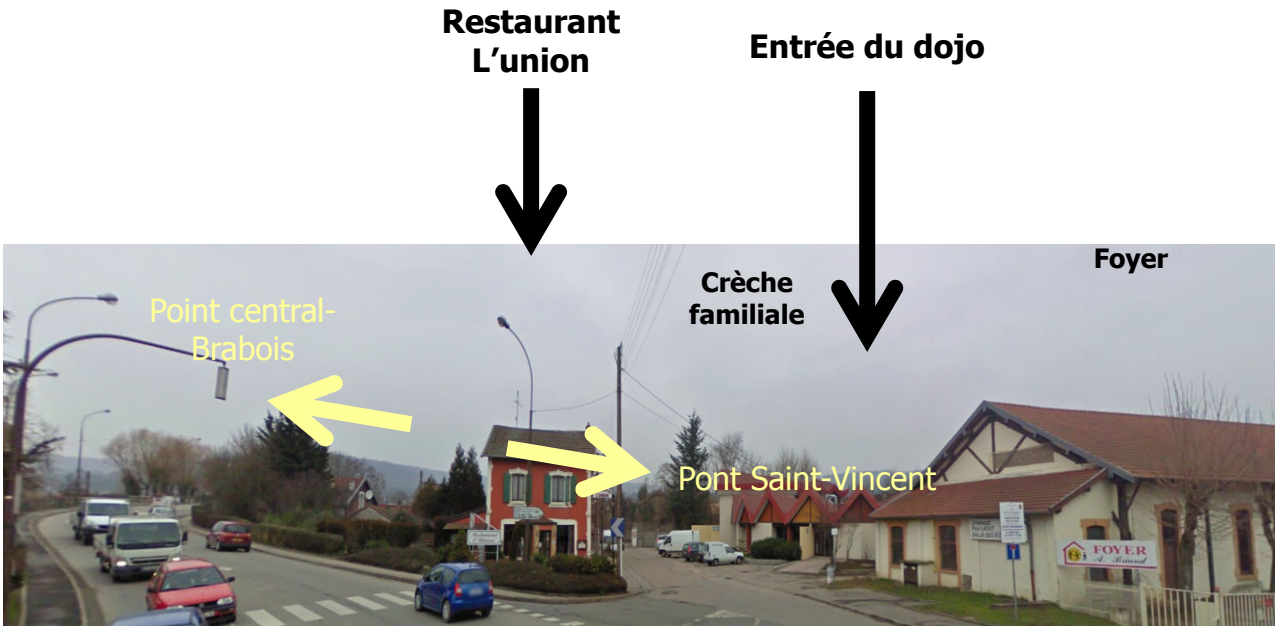
Benjamines	Minimes	Cadettes	Juniors	Seniors
-32 kg	-36 kg	-40 kg	-44 kg	-48 kg
-36 kg	-40 kg	-44 kg	-48 kg	-52 kg
-40 kg	-44 kg	-48 kg	-52 kg	-57 kg
-44 kg	-48 kg	-52 kg	-57 kg	-63 kg
-48 kg	-52 kg	-57 kg	-63 kg	-70 kg
-52 kg	-57 kg	-63 kg	-70 kg	-78 kg
-57 kg	-63 kg	-70 kg	-78 kg	+78 kg
-63 kg	-70 kg	+70 kg	+78 kg	
+63 kg	+70 kg			

☞ Hommes/garçons

Benjamins	Minimes	Cadets	Juniors	Seniors
-30 kg	-34 kg	-46 kg	-55 kg	-60 kg
-34 kg	-38 kg	-50 kg	-60 kg	-66 kg
-38 kg	-42 kg	-55 kg	-66 kg	-73 kg
-42 kg	-46 kg	-60 kg	-73 kg	-81 kg
-46 kg	-50 kg	-66 kg	-81 kg	-90 kg
-50 kg	-55 kg	-73 kg	-90 kg	-100 kg
-55 kg	-60 kg	-81 kg	-100 kg	+100 kg
-60 kg	-66 kg	-90 kg	+100 kg	
-66 kg	-73 kg	+90 kg		
+66 kg	+73 kg			

ALNM section JUDO alnm.judo@laposte.net Site : http://alnmjudo.clubeo.com/
Présidente : Clotilde WATELET-BESANÇON 06.07.99.73.57
1 rue des Saules 54230 Neuves-Maisons
Secrétaire : Yves DUPUY - Trésorier : Jean-Charles JOBERT
Entraîneur : Yohann HARMAND

LIEU/ACCÈS :

Gymnase Paul Laout

Impasse Aristide Briand, 54230 Neuves-Maisons