



ASSOCIATION JUDO CLUB DE MATOURY

*Madame & Monsieur
Les Présidents et Dirigeants*

Des Clubs de JUDO de la GUYANE

V/REF. :

N/REF. : 2023/008

OBJET : **6^{ème} STAGE DE NOËL DE MATOURY**

Matoury, le 15 décembre 2023

INVITATION

Madame, Monsieur,

L'Association Judo Club de Matoury, en partenariat avec la Ligue de Judo de la Guyane.

*Vous invite à sans 6^{ème} Stages d'Animation de Noël durant les vacances, à la Maison des Arts Martiaux
« Lucie DECOSSE » :*

**Le premier pour les Prés-Poussins, Poussins et Benjamins (Filles et Garçons) âgés de 6 ans à 11ans le
mercredi 27 et Jeudi 28 décembre 2023,**

**Le deuxième stage pour les Minimes, Cadets, Juniors et Seniors (Filles et Garçons) de 12 ans et Plus, le
Vendredi 29 et Samedi 30 décembre 2023.**

Encadrement Entraîneurs des clubs.

INCRPTION IMMEDIATE Par Club : faubert.charles@wanadoo.fr

- PARTICIPATION : **Prés-Poussins, Poussins et Benjamins = 20€
Minimes à Seniors = 30€**

Pour toutes informations complémentaires, vous pourrez me contacter :

M. Charles FAUBERT au 0694 232703

**PROGRAMME PREVISIONNEL
DU MERCREDI 27 AU SAMEDI 30 DECEMBRE 2023
de 08h45 à 17h00**

PRES-POUSSINS / POUSSINS / BENJAMINS (Garçons et Filles) 27 et 28/12/2023

| DATES | HORAIRES | LIEUX | ACTIVITES | EQUIPEMENTS |
|---------------|-------------|----------|--------------|---|
| MER 27 | 08h45-09h00 | M.A.M. | Accueil | |
| | 09h00-10h00 | M.A.M. | Footing | Training + Short + T-shirt (tenue de sport) |
| | 10h00-10h30 | M.A.M. | Récupération | <i>casse-croûte + Boisson (Encas)</i> |
| | 10h30-12h30 | M.A.M. | Judo | <i>(kimono + Zooris</i> |
| | 12h30-14h00 | GYMNASTE | Déjeuner | <i>Tenue de ville</i> |
| | 14h00-15h00 | M.A.M. | REPOS | <i>Tenue de ville</i> |
| | 15h00-17h00 | M.A.M. | Judo | <i>kimono + Zooris</i> |
| | 17h00-17h15 | M.A.M. | fin du stage | Parents à l'heure SVP !!! |
| | | | | |

| DATES | HORAIRES | LIEUX | ACTIVITES | EQUIPEMENTS |
|----------------|-------------|----------|--------------|---|
| JEUD 28 | 08h45-09h00 | M.A.M. | Accueil | |
| | 09h00-09h30 | M.A.M. | Footing | Training + Short + T-shirt |
| | 09h45-10h15 | M.A.M. | Récupération | <i>casse-croûte + Boisson (Encas)</i> |
| | 10h30-11h45 | M.A.M. | Judo | <i>(kimono + Zooris</i> |
| | 12h00-13h30 | REMIRE | Piscine | <i>Bonnet + Maillot de bains + Serviette + Change</i> |
| | 13h15-15h00 | GYMNASTE | Déjeuner | <i>Tenue de ville</i> |
| | 15h30-17h00 | M.A.M. | Judo | <i>kimono + Zooris</i> |
| | 17h00-17h15 | M.A.M. | fin du stage | Parents à l'heure SVP !!! |
| | | | | |

MINIMES / CADETS / JUNIORS ET SENIORS (Garçons et Filles) 29 et 30/12/2023

| DATES | HORAIRES | LIEUX | ACTIVITES | EQUIPEMENTS |
|----------------|-------------|--------------|-----------------|---|
| VEN 29 | 08h45 | M.A.M. | Accueil | |
| | 09h00-10h00 | M.A.M. | PPG | Training + Short + T-shirt (tenue de sport) |
| | 10h à 10h30 | M.A.M. | Récupération | <i>casse-croûte + Boisson (Encas)</i> |
| | 10h30-12h30 | M.A.M. | Judo | <i>kimono + Zooris</i> |
| | 12h45-14h30 | GYMNASTE | Déjeuner | <i>Tenue de ville</i> |
| | 14h45-16h15 | M.A.M. | Judo | <i>kimono + Zooris</i> |
| | 16h30-17h30 | GYMNASTE | SPORT COLLECTIF | Training + Short + T-shirt (tenue de sport) |
| | 17h30 | M.A.M. | fin du stage | Parents à l'heure SVP !!! |
| SAM. 30 | 08h45 | M.A.M. | Accueil | |
| | 09h00-10h00 | PARC MORTIUM | PPG | Training + Short + T-shirt (tenue de sport) |
| | 10h à 10h30 | M.A.M. | Récupération | <i>casse-croûte + Boisson (Encas)</i> |
| | 10h30-12h00 | M.A.M. | Judo | <i>kimono + Zooris</i> |
| | 12h00-13h30 | REMIRE | Piscine | <i>Bonnet + Maillot de bains + Serviette + Change</i> |
| | 13h30-14h30 | GYMNASTE | Déjeuner | <i>Tenue de ville</i> |
| | 15h00-17h30 | GYMNASTE | Judo | <i>kimono + Zooris - tenue de sport ???</i> |
| | 17h30 | GYMNASTE | fin du stage | Parents à l'heure SVP !!! |
| | | | | |

Le Président de l'A.J.C.M.

Charles FAUBERT

Copie : LIGUE DE JUDO DE LA GUYANE

Hall Municipal des Sports - Impasse Ménard - Bourg de Matoury - 97351 Matoury
Président : M. Faubert Charles – 13 rue des Alamandas « Les Ames Claires » 97354 REMIRE-MONTJOLY
Tél./Fax : 05.94.35.38.28 Port. 06.94.23.27.03 - E.MAIL : faubert.charles@wanadoo.fr
N° SIRET : 48376270400011- CODE APE : 926C