



ROMANAIS

MAISON DU JUDO
89 Ave A. FIGUET
26100 ROMANS
04 75 71 26 09 - 04 75 02 24 16
dojoromanais@free.fr - dojoromanais.com

STAGE DE JUDO OXYGENATION A VASSIEUX EN VERCORS



Pour la 40^{ème} année, le Dojo Romanais organise un stage d'oxygénation, **du lundi 18 au samedi 23 avril 2022**, pour les judokas à partir de Benjamins (nés en 2011).

Il se déroulera dans le centre d'hébergement du foyer de ski de fond « La Gélinotte » à Vassieux en Vercors.

Ce stage a pour but de regrouper les judokas **les plus motivés** afin qu'ils puissent : **améliorer leurs performances, rencontrer un grand champion**, perfectionner leur technique de judo, participer à une vie de groupe, mieux se connaître, s'oxygéner, et changer le cadre habituel des vacances.

En plus du judo, les activités suivantes sont au programme : jeux sportifs, tests physiques, footing, roller, promenades, vélo tout terrain, raquettes et ski de fond (suivant l'enneigement), films vidéo.

Avec la participation exceptionnelle d'un très grand champion Alexandre MARIAC : 5 X champion de France

L'encadrement est assuré par les professeurs du Dojo Romanais.

Une participation aux tâches (cuisine, ménage) est nécessaire. Un document précisant les derniers détails et comprenant une demande d'autorisation de soins sera remise après inscription.

La participation financière est fixée à :

	Pour 1 participant	2 participants	3 participants
	250 €	430€	570€

Inscriptions et renseignements auprès de Rémy VERT avant le 25 mars.

Attention, le nombre de places est limité à 50.

✂ -----

BULLETIN D'INSCRIPTION : « STAGE OXYGENATION » - VASSIEUX EN VERCORS – Pâques 2022

NOM :

Prénoms :/...../..... Email :

Adresse.....Tél

Lieu habituel de pratique du judo (Génissieux, St Marcellin, Romans, Charmes, Jaillans , Beaurepaire, Hauterives, Peyrins, Pont en R, St Jean en Royans.).....

Date naissance/..... s'inscrit (vent) au Stage Oxygénation à Vassieux en Vercors et règle (ent) la somme de : en chèque (à l'ordre du Dojo Romanais) ; ou espèces

Les chèques vacances, bons vacances (caf Drôme) sont acceptés pour le règlement du séjour :.....€ en :.....(BV, Ch V)

Soit un montant total de : 250 € 430 € 570 € (Cocher la case correspondante)

Signature :

