

# Animation Judo Port-la-Nouvelle

Samedi 12 février 2022

Gymnase Cosec, rue Alain Colas - 11210 Port la Nouvelle

## Baby Judo (2017-2016)

Accueil **13h30** / Animation **14h** - 14h45

## Mini-poussin(es) (2015-2014)

Accueil **14h15** / Animation **14h45** - 15h45

Echauffement puis randoris arbitrés de 1' , 2 ippons ou 20 pts max.

Immobilisation 10" à 14" Waza-Ari, 15" Ippon.

Poules de 3 ou 4 par groupes morphologiques.

## Poussin(es) (2013-2012)

Accueil **15h** / Animation à partir de **15h45**

Echauffement puis randoris arbitrés de 1'30" , 2 ippons ou 20 pts max.

Immobilisation 10" à 14" Waza-Ari, 15" Ippon.

Poules de 3 ou 4 par groupes morphologiques et séparation G/F si possible.

**Tous les participants seront récompensés.**

## Contacts

Guy Dhoms (Président) 06 07 72 90 11

Alex Leguevaques (Enseignant) 06 64 93 39 67

PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE.

PASS VACCINAL OBLIGATOIRE 16 ANS ET + .

PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE POUR LES ENFANTS DE 12 ANS +2 mois à 16 ANS MOINS 1 JOUR.

CONTRÔLE À L'ENTRÉE.

PAS DE VENTE DE BOISSON OU NOURRITURE SUR PLACE.