

INSCRIPTION

SAISON 2011 - 2012

Madame, Monsieur,

Vous désirez pratiquer le judo ou le faire pratiquer à vos enfants. Le COS Judo vous propose :

- Baby-Judo,
- Judo enfant débutant,
- Judo,
- Judo / Taïso adulte.

Venez nous retrouver à La Maison des Arts Martiaux – rue du Bas de la Plaine à Sartrouville aux horaires d'entraînements dès **le lundi 5 septembre 2011.**

Pour plus d'informations, veuillez nous contacter au 01.48.86.05.18, par mail : **nowak@cosjudo.com** ou consulter notre site internet : **www.cosjudo.com**

Je vous souhaite une agréable saison sportive.

Santiago COUTO

Président de la section Judo du C.O.S.

COURS

Pour tous les cours, 2 entraînements d'essai gratuits seront proposés.
Merci de s'adresser aux professeurs en début de cours.

Les chèques sont à établir à l'ordre du COS JUDO

Il est possible de régler par plusieurs chèques (maximum 4) que vous remettrez à l'inscription en précisant au dos, les dates d'encaissement (Septembre, Octobre, Novembre et Décembre)

BABY-JUDO (1 cours par semaine) : reprise à partir du LUNDI 5 SEPTEMBRE 2011

AGE	LUNDI	OU	MERCREDI
né(e)s en 2006 - 2007	18h à 18h45		13h à 13h45

NOTA : Les enfants ne participeront pas aux compétitions interclubs. Le Baby-Judo est une animation destinée à l'éveil corporel.

Cotisation	Licence F.F.J.D.A.	Total
127€	33€	160€

1^{er} COURS JUDO (1 cours par semaine) : reprise à partir du MERCREDI 7 SEPTEMBRE

AGE	MERCREDI	OU	SAMEDI
Ceintures Blanches né(e)s en 2004 - 2005 (CP-CE1), né(e)s en 2006 pour les enfants qui ont fait un an de Baby-Judo	13h45 à 14h45		13h30 à 14h30

Cotisation	Licence F.F.J.D.A.	Total
147€	33€	180€

Une inscription au Baby-Judo et/ou au 1^{er} cours judo réduit de 32€
le prix d'une inscription annuelle pour les membres de la même famille

COURS

JUDO (jusqu'à 3 cours par semaine) : reprise à partir du MERCREDI 7 SEPTEMBRE 2011

JUDO Cours et âges	LUNDI	MERCREDI	SAMEDI
2^{ème} COURS Ceinture blanche de 8 ans (2003-CE2), demi-jaune et jaune poids légers		14h45 à 15h45	14h30 à 15h30
3^{ème} COURS Ceinture blanche à partir de 9 ans (2002-CM1), et jaune et jaune-orange		15h45 à 16h45	15h30 à 16h30
4^{ème} COURS Ceinture orange et orange-verte		16h45 à 17h45	16h30 à 17h45
5^{ème} COURS Ceinture verte à marron (poids légers)		Footing* 16h45 à 17h30	Footing* 16h45 à 17h30
		Judo 17h45 à 19h00	Judo 17h45 à 19h00
COURS GRADÉS Ceinture marron et ceinture noire		Footing et Muscu 16h45 à 18h45	Footing et Muscu 16h45 à 18h45
		Judo 19h00 à 21h00	Judo 19h00 à 21h00
ENTRAINEMENT DE MASSE Minimes à Séniors	19h à 20h45		

* **ATTENTION !** Les séances de footing et de musculation sont facultatives et sous réserve d'une motivation de l'élève.

N ^{bre} de personnes	Cotisation	Licence F.F.J.D.A.	Total
1 personne	183 €	33 €	216 €
2 personnes	319 € (au lieu de 366€)	66 €	385 €
3 personnes	435 € (au lieu de 549€)	99 €	534 €
4 personnes	541 € (au lieu de 732€)	132 €	673 €
5 personnes	642 € (au lieu de 915€)	165 €	807 €

JUDO ADULTE (jusqu'à 3 cours par semaine) : reprise à partir du LUNDI 5 SEPTEMBRE

FORMULE	LUNDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
1	Taïso 20h45 à 22h15	Judo 21h00 à 22h00	Taïso 20h30 à 22h15	
2		Judo 21h00 à 22h00		Musculation 19h00 à 21h00
3		Judo 21h00 à 22h00		

NOTA : Il n'y a pas de compétition pour le Judo Adulte.

Formule	Cotisation	Licence F.F.J.D.A.	Total
1	183 €	33 €	216 €
2	183 €	33 €	216 €
3	147€	33 €	180 €

MODALITES

Certificat médical :

Pour la pratique de nos disciplines, un certificat médical est obligatoire.

- Pour les pratiquants nés en 2003 et après, un certificat médical sur papier avec la mention obligatoire de « *non-contre indication à la pratique du judo en compétition* » devra être amené aux professeurs dès la rentrée.

Pour les jeunes nés en 2003 : un passeport sportif est requis. Une demande de passeport (coût : 8€ + 1 photo) sera faite courant de l'année.

- Pour les pratiquants ayant déjà un passeport sportif : il faudra le cachet du médecin avec la mention « *en compétition* » sur le passeport. Le timbre de la licence de l'année sera collé à côté par votre professeur.

Ceux qui ont un passeport plein, il faudra effectuer une demande de passeport lors de l'inscription (coût : 8€ + 1 photo).

Hygiène :

Afin de préserver une hygiène dans nos salles, il sera demandé à chaque pratiquant d'avoir des claquettes afin de ne pas sortir du tapis les pieds nus, et d'avoir systématiquement sa propre bouteille d'eau pour se désaltérer (une bouteille ne se partageant pas). Cette bouteille sera reprise par le pratiquant en fin d'entraînement.

Photo :

Pour les nouveaux pratiquants, il faudra prévoir une photo d'identité. Celle-ci devra être agrafée sur la fiche que le professeur vous remettra. La fiche devra être complétée et rendue au professeur.

Ceinture Rouge : obligatoire à partir de benjamins (2000-2001) pour les compétitions et tournois. L'objectif de cette ceinture est de différencier les deux combattants lors des compétitions.

Kimono et survêtement :

Le COS Judo est en partenariat avec **NORIS**, l'un des plus grands fabricants de kimonos. Le COS Judo vous propose des kimonos de très haute qualité personnalisés COS Judo à tarifs préférentiels (les tarifs sont inférieurs à ceux qui sont vendus dans le commerce).

De même, le COS Judo propose des survêtements et sacs à roulettes personnalisés COS Judo à tarifs préférentiels.

A partir de Cadet(te)s, le COS Judo demandera à **tout compétiteur d'avoir son survêtement du club** qu'il portera lors des déplacements et manifestations.

Renseignez-vous auprès des professeurs et membres du bureau au pour l'achat de ces produits. Guy MONTBRUN - Vice-président – montbrun@cosjudo.com ou par téléphone 06.33.03.23.23.

(vous pouvez consulter notre site internet www.cosjudo.com pour connaître tous les professeurs et tous les membres du comité directeur du COS Judo).

INSCRIPTIONS

• **BABY-JUDO :**

Nom / Prénom	Date de naissance	Lundi ou Mercredi ?

• **1^{er} COURS JUDO :**

Nom / Prénom	Date de naissance	Mercredi ou Samedi ?

JUDO (à partir du 2^{ème} cours) :

Nom / Prénom	Date de naissance	Téléphone	Passeport

• **JUDO ADULTE :**

Nom / Prénom	Date de naissance	Téléphone	Formule

MONTANT DES COTISATIONS

BABY-JUDO	1 ^{er} COURS JUDO	JUDO	ADULTES/TAÏSO	MONTANT TOTAL
€	€	€	€	€

REGLEMENT

PAR CHEQUE / mois	Banque	Nom	Montant
n°1			€
n°2			€
n°3			€
n°4			€
EN ESPECE			Montant
			€

COORDONNEES

Adresse	
Téléphone <i>(des parents pour les mineurs)</i>	Père : Mère :
Email	

J'accepte que le COS Judo diffuse les photos prises des adhérents cités ci-dessus lors des manifestations sur les différents supports du club (journal interne, site du club, presse local...) sans limite dans le temps.

je ne souhaite pas que les photos prises avec les adhérents cités ci-dessus soient diffusées

Date :

Signature