ASL ST JEAN-LE-BLANC

SAISON 2023/2024

1 – ADHESION ASL (une seule adhésion par famille)……**28,00 €**

2 – LICENCE ASSURANCE

Judo, jujitsu, Self défense : FFJDA ……**41,00 €**

Body-Gym /Renfort musculaire : FF Sports pour tous ……**27,00 €**

3 - PRIX DES COURS

La cotisation est annuelle. Un tarif dégressif est appliqué en cas d'inscription en cours d'année.

PARCOURS LUDIQUE (moins de 4 ans)

Commune : 75 € *Hors commune 85 €*

JUDO – JUJISTU et SELF DEFENSE

	Commune	*Hors commune*
Éveil judo	110 €	*120 €*
1er enfant (6 à 14 ans)	120 €	*130 €*
Judo jeunes – 18 ans	160 €	*170 €*
Judo adulte	200 €	*210 €*
Jujitsu/ Self défense (1 cours par semaine)	150 €	*160 €*

BODY GYM

COURS DU MARDI ET DU JEUDI	**1 cours par semaine**		**2 cours par semaine**		**3 cours par semaine**	
	Commune	*Hors commune*	Commune	*Hors commune*	Commune	*Hors commune*
	115	*125*	165	*175*	215	225
COURS DU SAMEDI	Commune 180 €				*Hors commune 190 €*	

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Commune : 130 € *Hors commune 140 €*

4 – FORMALITES D'INSCRIPTION

- Une photo (pour les nouveaux adhérents)
- Questionnaire médical et attestation ou certificat médical suivant la situation

Les chèques sont à libeller à l'ordre de l'ASL JUDO. Vous pouvez fractionner le règlement de votre cotisation annuelle. ***Coupon sport*** et ***chèque vacances ANCV*** ainsi que ***Pass'Loisir CAF*** et ***Pass'Sport*** acceptés.

5 – RENSEIGNEMENTS COMPLEMENTAIRES

Pascal BOUGUEREAU (Judo) : 06 12 54 13 58 *Jérôme GRANDBIEN* (Jujitsu/Self défense) : 06 27 66 56 27

Chantal TARDIF (Body Gym) : 07 69 85 05 28 Philippe GOUGIS (Renfort musculaire) : 06 09 85 66 96

http://aslstjeanleblanc.sportsregions.fr *aslsaintjeanleblanc@outlook.fr*

ASL ST JEAN-LE-BLANC

SAISON 2023/2024

Horaires judo – jujitsu – self-défense

EVEIL JUDO	2018/2019	**Mercredi** - 17h30 à 18h30 **judo** - *Jérôme*
PRE-POUSSIN	2016/2017	**Lundi et Vendredi** – 17h15 à 18h15 **judo** - *Pascal*
POUSSIN **BENJAMIN** **MINIME**	2014/2015 2012/2013 2010/2011	**Lundi et vendredi** - 18h15 à 19h30 **judo** - *Pascal* **Mercredi** – 18h30 à 19h30 **jujitsu** - *Jérôme*
CADET **JUNIOR** **SENIOR**	2007/2008/2009 2004/2005/2006 2003 et avant	**Lundi et Vendredi** - 19h30 à 21h **judo** – *Pascal* **Mercredi** – 19h30 à 21h **jujitsu** - *Jérôme*
		Kata à partir de la ceinture marron travaillé avec les professeurs en fonction des besoins
		Jeudi - 19h30 à 21h **Self-défense** - *Jérôme*

Horaires parcours ludiques

Mercredi de 9h30 – 11h

Horaires bodygym

Mardi de 18 h 30 à 19 h 30 et de 19 h 30 à 20 h 30
Jeudi de 18 h 30 à 19 h 30
Samedi de 10 h 15 à 11 h 45

Horaires renfort musculaire

lundi au vendredi de 17 h à 20 h 30
Samedi de 10 h à 12 h

FERMETURE DE LA SALLE

L'ensemble de l'équipement sportif (dojo et salle de renfort musculaire) est fermé les jours fériés. Les périodes de fermeture pendant les vacances scolaires seront précisées au cours de l'année.