



# *1<sup>er</sup> tour des interclubs du Secteur de la plaine*

....., tu es convoqué(e) pour participer le :

**Samedi 27 janvier 2018**

**A Contrexéville** au Complexe Sportif  
180, rue du Halichard  
88140 CONTREXEVILLE

- **Pour les arbitres et les commissaires sportifs** à partir de benjamin.
- **Initiation pour être animateur de club** à partir de Cadets.

↳ Rendez-vous à **10 h 00 en Judogi blanc**. (Prévoir le pique-nique)

---

<b>Filles &amp; garçons</b> (2006 & 2007) Benjamins	Pesée	: 13 h 00 à 13 h 30
	Echauffement	: 13 h 30 à 13 h 50
	Début des animations	: <b>14 h 00</b>

<b>Filles &amp; garçons</b> (2010 & 2011) Pré-Poussins	Pesée	: 14 h 30 à 15 h 00
	Echauffement	: 15 h 00 à 15 h 20
	Début des animations	: <b>15 h 30</b>

Thème de l'habileté technique : **Savoir mettre sa ceinture et faire une chute arrière.**

<b>Filles &amp; garçons</b> (2008 & 2009) Poussins	Pesée	: 16 h 30 à 17 h 00
	Echauffement	: 17 h 00 à 17 h 20
	Début des animations	: <b>17 h 30</b>

Thème de l'habileté technique : **Savoir mettre sa ceinture et faire une chute avant bloquée.**