



1^{er} tour des interclubs du Secteur de la plaine

....., tu es convoqué pour participer le :

Dimanche 29 janvier 2017

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

Regroupement des arbitres et des commissaires sportifs : **09 h 00**

(A partir de benjamin) : **"en JUDO GI"** (Prévoir le pique nique)

Toutes les personnes voulant s'initier à l'arbitrage sont les bienvenus.

Filles & garçons (2009 & 2010)	Inscription et pesée	: 10 h 00 à 10 h 30
Pré-Poussins	Echauffement	: 10 h 30 à 10 h 50
	Début des animations	: 11 h 00

Thème de l'habileté technique **Une chute avant bloquée de son choix et une chute arrière.**

Filles & garçons (2005 & 2006)	Inscription et pesée	: 13 h 00 à 13 h 30
Benjamins	Echauffement	: 13 h 30 à 13 h 50
	Début des animations	: 14 h 00

Filles & garçons (2007 & 2008)	Inscription et pesée	: 14 h 30 à 15 h 00
Poussins	Echauffement	: 15 h 00 à 15 h 20
	Début des animations	: 15 h 30

Thème de l'habileté technique **Une chute avant droite et chute avant gauche bloquées.**