




Salle des Arts Martiaux rue de Rome 84100 ORANGE  
 Pour tous renseignements : Tél : 06.63.43.78.62 / 06.70.65.39.02

 UNION JUDO ORANGE		<b>TARIF COTISATION                  UNION JUDO ORANGE                  2023-2024</b>			
		1er chèque Encaissement Septembre	2ème chèque Encaissement Octobre	3ème chèque Encaissement Novembre	4ème chèque Encaissement Decembre
6 ans à Adultes	266 € / année	86	60	60	60
2ème enfant	216 € / année	66	50	50	50
3ème enfant	166 € / année	46	40	40	40
4 - 5 ans	216 € / année	66	50	50	50
2ème enfant 4-5 ans	186 € / année	66	40	40	40
TAÏSO	216 € / année	66	50	50	50
JU-JITSU/SELF-DEFENSE	216 € / année	66	50	50	50
CARDI-TRAINING	216 € / année	66	50	50	50
2 Activités au choix	266 € / année	86	60	60	60
La réduction 2ème enfant se fait sur le tarif le moins élevé des deux					
<b>Tarif pour les ceintures NOIRES : 180 €/année .....</b> (merci pour votre implication dans la vie du club!!!!)					
Extrait du règlement intérieur : La cotisation est annuelle, néanmoins une facilité de paiement est faite aux adhérents qui le désirent (paiement en 4 chèques). En cas d'arrêt, aucun remboursement ne sera fait .					

 UNION JUDO ORANGE		PLANNING UNION JUDO ORANGE 2023 - 2024				 UNION JUDO ORANGE
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	samedi	
					10h00-12h00 Prépa. Physique Judo Compétition poussins,benjamins à adultes	
		13h45-14h45 Pré-Poussins nés en 2016-2017 Et <b>POUSSINS débutants</b> Nés en 2015				
		15h00-16h00 Poussins nés en 2015-2014				
16H00-17H00 renforcement muscul.	16H00-17H00 renforcement muscul.	16h00-16h50 Baby Judo 2018-2019	16H00-17H00 renforcement muscul.	16H00-17H00 renforcement muscul.		
17h15-18h15 Pré-Poussins nés en 2016-2017 Et <b>POUSSINS débutants</b> Nés en 2015	17h15-18h15 Pré-Poussins nés en 2016-2017 Et <b>POUSSINS débutants</b> Nés en 2015	17h00-17h50 Baby Judo 2018-2019	17h15-18h15 Pré-Poussins nés en 2016-2017 Et <b>POUSSINS débutants</b> Nés en 2015	17H30 - 18H30 KATA		
18h30-19h30 Poussins nés en 2015-2014	18h30-19h45 Benjamins et minimes nés en 2011-2012-2013 <u>Judo</u>	18h00-19h30 <u>Judo Compétition</u> poussins,benjamins à adultes (Voir avec professeurs)	18h30-19h30 Benjamins et minimes nés en 2011-2012-2013 <u>Judo</u>	18H30 - 19H30 Préparation Physique (Compétiteurs)	17H30-19H00 2 FOIS/ Mois ENTRAINEMENT DEPARTEMENTAL Prépa. Physique Judo Compétition poussins,benjamins à adultes	
19h30-20h45 Cadets à adultes à partir de 2010 <u>Plus minimales</u> <u>compétiteurs</u>	19h45-20h45 <b>Taïso</b> Dès 13 ans Sport Santé (renforcement musculaire/ assouplissement/Anti stress/confiance en soi)	19h30-20h45 SEL-DEFENSE (Ju-Jitsu) et <u>circuits Cardio</u> 10 ans à Adultes PREPARATION GRADES et KATAS	19h30-20h45 Cadets à adultes à partir de 2010 <u>Plus minimales</u> <u>compétiteurs</u>	19H00 - 20H00 remise en forme circuit cardio training + Préparation aux grades Ados/Adultes Ju-Jitsu (19H00-20H15)		