

# ASVBD JUDO

[www.asvbdjudo21.com](http://www.asvbdjudo21.com)

## STAGE DE RENTREE

# 2020



**DU MARDI 25 AOUT  
AU JEUDI 27 AOUT**

**JUDO VTT KAYAK RANDONNEE**

**POUSSINS 2 BENJAMINS MINIMES  
CADETS**

**STAGE EN PENSION COMPLETE 85€  
(hébergement-repas-judo-activités-goûters)  
STAGE EN JOURNEE 35 €  
(judo-activités-goûters)**



Amis judokas, chers parents,

J'espère que vos vacances se passent bien et que vous en profitez pleinement !

La rentrée est encore loin mais comme je vous l'avais annoncé début juillet, je viens vous proposer un stage de rentrée « judo » qui aura lieu cette année le mardi 25, le mercredi 26 et le jeudi 27 août 2020 !

Ce stage est ouvert aux futurs poussins 2 (2011), aux futurs benjamins (2010/2009), aux futurs minimes (2008/2007) et cadets (2006/2005/2004).

Cette année avec le club, je vous propose un stage innovant avec deux formules :

- **Formule 1 :** Un stage en pension complète avec hébergement en camping avec une arrivée le lundi 24 en fin d'après-midi et un départ le jeudi 27 après la fin du stage.  
→ **85 €** - paiement 70 € en chèque à l'ordre de ASVBD JUDO + 15 € en espèce !
- **Formule 2 :** Un stage en journée de trois jours comme les années précédentes. Vous arrivez le matin pour 9h00 et vous repartez le soir à 18h.  
→ **35 €** - paiement 20 € en chèque à l'ordre de ASVBD JUDO + 15 € en espèce !

### **A vous de choisir votre formule !!!**

Je vous attends pour ce stage de rentrée et j'espère que vous allez être nombreux à venir camper trois jours. Si vous n'avez pas de tente, nous vous en prêterons une ! Merci de me le faire savoir par mail. Il vous faudra vous procurer le reste de l'équipement.

Vous trouverez ci-joint tous les éléments concernant ce stage ainsi que le programme et la fiche d'inscription.

Le programme est soumis à la météo et à l'ouverture du dojo par la Communauté de communes. Le programme prévu pourra ainsi être adapté.

**Merci de réaliser votre préinscription avant le 18 août par le site internet du club <https://www.asvbdjudo21.com/> en remplissant le formulaire lié à la news d'information du stage de rentrée.**

Date de rigueur pour les réservations des repas au restaurant du camping !!!
--

Vous devrez ramener la fiche d'inscription et les autorisations nécessaires signées ainsi que le paiement le jour de votre arrivée le lundi ou le mardi !

Si vous avez besoin d'un renseignement, contactez-moi directement par mail : [jpdelarue21@gmail.com](mailto:jpdelarue21@gmail.com)

Bonne fin de vacances et rendez-vous le lundi 24 ou le mardi 25 août pour de nouvelles aventures judo !

Jean Philippe Delarue

# FICHE D'INSCRIPTION / STAGE DE RENTREE 2020

NOM \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

POUSSINS 2011  BENJAMINS 2010- 2009  MINIMES 2008 - 2007  CADETS .

Sait nager correctement :  oui  non

Possède un VTT en bon état :  oui  non

Après avoir pris connaissance du fonctionnement du stage de rentrée du 24,25,26 et 27 août 2020 organisé par l'ASVBD JUDO, je soussigné Mr/Mme ..... (Père, Mère) autorise mon enfant nommé ci-dessus à participer à ce stage ainsi qu'aux activités proposées dans le cadre de celui-ci.

J'ai bien pris connaissance du fait que l'activité kayak demande obligatoirement de savoir nager.

Je donne également mon autorisation pour que mon enfant soit hébergé au camping de St Jean de Losne pendant la durée de ce stage à partir du lundi 24 août.

**Formule 1 :**  stage en pension complète du lundi 24 août-16h au jeudi 27 août 18h30 → **85 €** - paiement 70 € en chèque à l'ordre de ASVBD JUDO + 15 € en espèce !

**Formule 2 :**  stage en journée du mardi 25 août au jeudi 27 août. Accueil de 8h45 à 18h.

→ **35 €** - paiement 20 € en chèque à l'ordre de ASVBD JUDO + 15 € en espèce.

**PERSONNES A PREVENIR EN CAS D'URGENCE OU DE PROBLEME :**  
TELEPHONE FIXE DOMICILE : \_\_\_\_\_

Nom – prénom : ..... Tél : 06 \_\_\_\_\_

Nom - Prénom : ..... Tél : 06 \_\_\_\_\_

A signaler pour l'accueil de votre enfant :

Date :.....

SIGNATURES DES PARENTS

# FORMULE 1 - PROGRAMME

## STAGE EN PENSION COMPLETE AVEC HEBERGEMENT

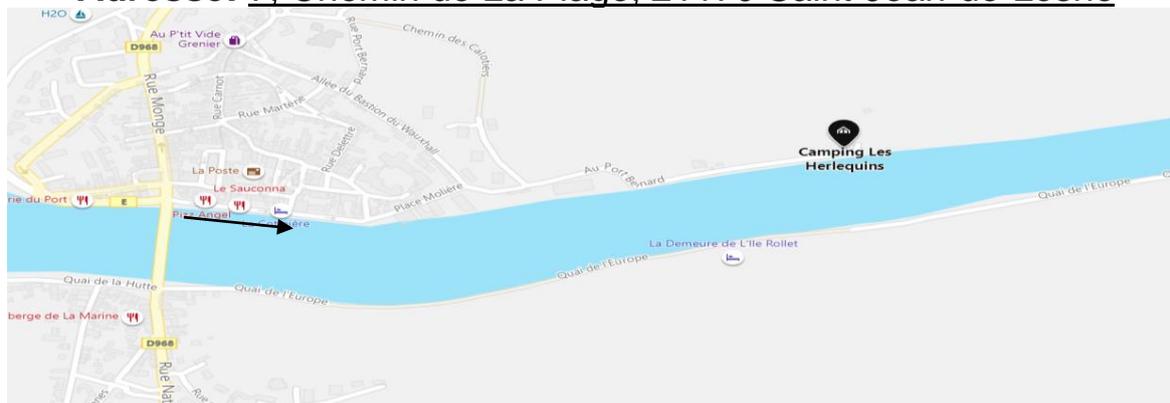
LUNDI 24/08	MARDI 25/08	MERCREDI 26/08	JEUDI 27/08
	7H30 / 8H00 LEVER	7H30 / 8H00 LEVER	7H30 / 8H00 LEVER
	8H00/8H30 PETIT DEJEUNER	8H00/8H30 PETIT DEJEUNER	8H00/8H30 PETIT DEJEUNER
	9H00 DEPART DOJO	9H00 DEPART DOJO	9H00 DEPART DOJO
	9H30/11H30 DOJO ECHENON JUDO 	9H30/11H30 DOJO ECHENON JUDO 	9H30/11H30 DOJO ECHENON JUDO 
	12H30 REPAS CAMPING	12H30 REPAS CAMPING	12H30 REPAS CAMPING
<b>16H ACCUEIL ET INSCRIPTION STAGE</b>  <b>PUIS INSTALLATION AU CAMPING DE ST JEAN DE LOSNE</b> 	14H30 RANDONNEE PARCOURS 9 KMS OU 12 KMS Goûter	14H30 KAYAK BASE NAUTIQUE Goûter 	14H30 VTT PARCOURS 20 KMS OU 30 KMS Goûter 
	18H00 CAMPING	18H00 CAMPING	18H00 CAMPING
	TOILETTE/DOUCHE PREPARATION	TOILETTE/DOUCHE PREPARATION	DESINSTALLATION CAMPING
	19H30 REPAS ANIMATION SOIREE 22H30 BONNE NUIT	19H30 REPAS ANIMATION SOIREE 22H/22H30 BONNE NUIT	19H30 REPAS ANIMATION SOIREE 22H/22H30 BONNE NUIT

ENCADREMENT PREVU (NON COMPLET).

LUNDI 17 AOUT	MARDI 18 AOUT	MERCREDI 19 AOUT	JEUDI 20 AOUT
JEAN PHILIPPE DELARUE	JEAN PHILIPPE DELARUE	JEAN PHILIPPE DELARUE	JEAN PHILIPPE DELARUE
LAETITIA CABARET	LAETITIA CABARET	LAETITIA CABARET	LAETITIA CABARET
YAN DEHAND	YAN DEHAND	YAN DEHAND	YAN DEHAND
JUSTINE ADAM	JUSTINE ADAM	JUSTINE ADAM	JUSTINE ADAM
A VENIR	A VENIR	A VENIR	A VENIR

### Camping Les Herlequins

**Adresse: 7, Chemin de La Plage, 21170 Saint-Jean-de-Losne**



Vers le pont de St Jean, prenez le quai National et allez tout droit (à côté de la base nautique).

# GUIDE POUR VOTRE EQUIPEMENT !

MATERIEL DE CAMPING	AFFAIRES PERSONNELLES
<ul style="list-style-type: none"> <li>• TENTE (<b>PRÊT POSSIBLE ! Merci de m'envoyer un mail pour m'informer !</b>).</li> <li>• TAPIS DE SOL</li> <li>• MATELAS GONFLABLE ou autre !</li> <li>• LAMPE DE POCHE</li> <li>• OREILLER</li> <li>• DRAPS/COUVERTURES OU SAC DE COUCHAGE</li> <li>• AUTRES A VOTRE CONVENANCE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MASQUES – en prévoir plusieurs.</b></li> <li>• <b>FLACON PERSONNEL DE GEL HYDROALCOOLIQUE</b> (qui sera rempli par la réserve club en cas de besoin).</li> </ul> <div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">             MASQUES ET GEL HYDROALCOOLIQUE DEVRONT ETRE EN PERMANENCE AVEC LES JUDOKAS DANS LEUR SAC         </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• AFFAIRES DE TOILETTE</li> <li>• SAC LINGE SALE</li> <li>• VETEMENTS POUR 3 JOURS + 1 CHANGE COMPLEMENTAIRE</li> <li>• VETEMENTS DE SPORTS (VOIR LISTE)</li> <li>• VETEMENT DE PLUIE</li> <li>• SPRAY ANTI MOUSTIQUE</li> <li>• PROTECTION SOLAIRE</li> <li>• CASQUETTE</li> <li>• PETITE PHARMACIE PERSONNELLE</li> <li>• BOUTEILLE D'EAU POUR LA NUIT</li> <li>• JEUX DE SOCIETE, DE CARTE...</li> <li>• BOULES DE PETANQUE OU AUTRES LOISIRS</li> <li>• <b>ARGENT DE POCHE (si besoin)</b></li> <li>• <b>PORTABLE (pas nécessaire)</b></li> </ul>
JUDO	RANDONNEE
<ul style="list-style-type: none"> <li>• JUDO GI</li> <li>• SANDALES</li> <li>• BIDON</li> <li>• SAC A DOS</li> <li>• SERVIETTE DE TOILETTE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PETIT SAC A DOS</li> <li>• BASKETS OU CHAUSSURES DE MARCHE</li> <li>• CHAUSSETTES EPAISSES – <b>HAUTES !!!</b></li> <li>• CASQUETTE/ CHAPEAU</li> <li>• VETEMENT DE PLUIE</li> </ul>
VTT	KAYAK
<ul style="list-style-type: none"> <li>• VELO EN TRES BON ETAT – <b>VERIFIE !!!</b></li> <li>• CASQUE OBLIGATOIRE</li> <li>• BIDON SUR LE VELO OU PETIT SAC A DOS</li> <li>• BARRES CEREALES SI BESOIN</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• TENUE ADAPTEE SHORT / TEE SHIRT</li> <li>• CHAUSSURES FERMEES/ BASKETS</li> <li>• LUNETTES ATTACHEES (DE VUE OU DE SOLEIL).</li> <li>• CHANGE COMPLET</li> <li>• SERVIETTE DE BAIN</li> <li>• BIDON</li> </ul>

- **PETITS-DEJEUNERS ET REPAS AU RESTAURANT DU CAMPING**
- **Masque obligatoire pour se rendre au restaurant !**

# Formule 2 - PROGRAMME

## STAGE EN JOURNEE DE 3 JOURS

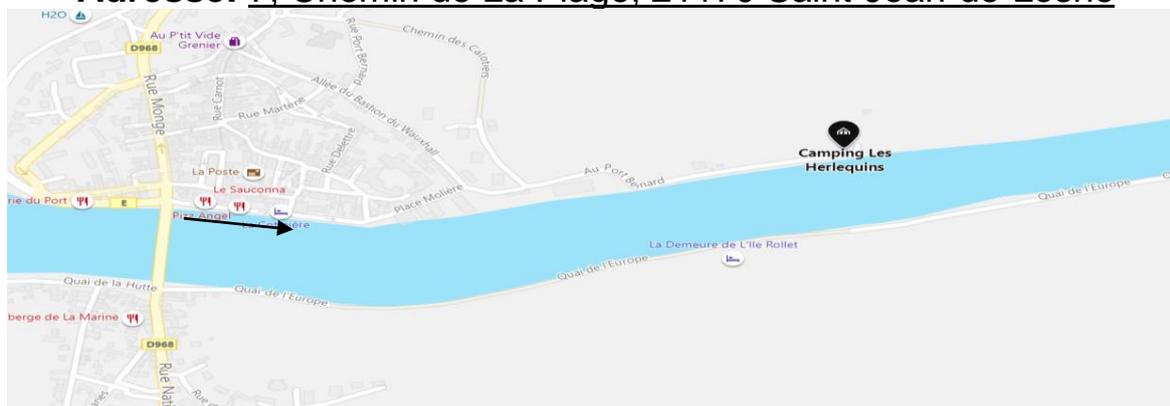
MARDI 25/08	MERCREDI 26/08	JEUDI 27/08
<b>8H30</b> <b>ACCUEIL JOURNEE ET INSCRIPTION STAGE</b>	<b>8H45</b> <b>ACCUEIL JOURNEE CAMPING ST JEAN DE LOSNE</b>	<b>8H45</b> <b>ACCUEIL JOURNEE CAMPING ST JEAN DE LOSNE</b>
<b>9H00</b> <b>DEPART DOJO</b>	<b>9H00</b> <b>DEPART DOJO</b>	<b>9H00</b> <b>DEPART DOJO</b>
 <b>9H30/11H30</b> <b>DOJO ECHENON JUDO</b>	 <b>9H30/11H30</b> <b>DOJO ECHENON JUDO</b>	 <b>9H30/11H30</b> <b>DOJO ECHENON JUDO</b>
<b>12H30</b> <b>REPAS CAMPING</b> <b>(Repas tiré du sac)</b>	<b>12H30</b> <b>REPAS CAMPING</b> <b>(Repas tiré du sac)</b>	<b>12H30</b> <b>REPAS CAMPING</b> <b>(Repas tiré du sac)</b>
 <b>14H30/ 17H30</b> <b>RANDONNEE</b> <b>PARCOURS 12 KMS</b> <b>PARCOURS 15 KMS</b>	 <b>14H30/17H30</b> <b>KAYAK</b> <b>BASE NAUTIQUE</b>	 <b>14H30/17H30</b> <b>VTT</b> <b>PARCOURS 20 KMS</b> <b>PARCOURS 30 KMS</b>
<b>18H00</b> <b>FIN DE JOURNEE</b> <b>CAMPING DE ST JEAN DE LOSNE</b>	<b>18H00</b> <b>FIN DE JOURNEE</b> <b>µCAMPING DE ST JEAN DE LOSNE</b>	<b>18H00</b> <b>FIN DE STAGE</b> <b>CAMPING DE ST JEAN DE LOSNE</b>
<b>18H00 FIN CAMPING DE ST JEAN DE LOSNE</b>		

ENCADREMENT PREVU (NON COMPLET).

LUNDI 17 AOUT	MARDI 18 AOUT	MERCREDI 19 AOUT	JEUDI 20 AOUT
JEAN Phippe DELARUE	JEAN Phippe DELARUE	JEAN Phippe DELARUE	JEAN Phippe DELARUE
LAETITIA CABARET	LAETITIA CABARET	LAETITIA CABARET	LAETITIA CABARET
YAN DEHAND	YAN DEHAND	YAN DEHAND	YAN DEHAND
JUSTINE ADAM	JUSTINE ADAM	JUSTINE ADAM	JUSTINE ADAM
A VENIR	A VENIR	A VENIR	A VENIR

### Camping Les Herlequins

**Adresse: 7, Chemin de La Plage, 21170 Saint-Jean-de-Losne**



Vers le pont de St Jean, prenez le quai National et allez tout droit (à coté de la base nautique).

# GUIDE POUR VOTRE EQUIPEMENT

DEJEUNERS – CHAQUE JOUR	AFFAIRES PERSONNELLES A PREVOIR CHAQUE JOUR
<b>REPAS TIRES DU SAC LES 3 JOURS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>MASQUE POUR LA JOURNEE.</b></li><li>• <b>FLACON PERSONNEL DE GEL HYDROALCOOLIQUE</b> (qui sera rempli par la réserve club en cas de besoin).</li></ul> <p><b>MASQUE ET GEL HYDROALCOOLIQUE DEVRONT ETRE EN PERMANENCE AVEC LES JUDOKAS DANS LEUR SAC</b></p> <p>ANTIMOUSTIQUE CREME SOLAIRE CASQUETTE LUNETTE DE SOLEIL VETEMENT DE PLUIE ENCAS/ GRIGNOTAGE</p>
JUDO – CHAQUE JOUR	RANDONNEE - MARDI
AFFAIRES HABITUELLES DANS UN SAC SERVIETTE DE BAIN EAU/BIDON	CHAUSSURES DE MARCHÉ OU BASKETS CHAUSSETTES EPAISSES – <b>HAUTES !!!</b> SAC A DOS / EAU VETEMENT DE PLUIE + AFFAIRES PERSONNELLES
VTT - JEUDI	KAYAK - MERCREDI
VTT EN BON ETAT – <b>VERIFIE !!!</b> CASQUE OBLIGATOIRE EAU SUR VTT ou PETIT SAC A DOS TENUE ADAPTEE BASKETS	TENUE ADAPTEE SHORT / TEE SHIRT CHAUSSURES FERMEES LUNETTES ATTACHEES = CORDON EAU / BIDON AFFAIRES PERSONNELLES CHANGE COMPLET SERVIETTE DE BAIN