



Judo – Club Montreux

JUDO

JU-JITSU

SELF-DEFENSE

Adresse postale: Mâcheret 29, 1093 La Conversion 021 / 963.80.01
Dojo: Av. Nestlé 15, Montreux <https://www.judoclubmontreux.ch>
IBAN CH20 0076 7000 A549 3566 0

Stage 2024 du 24 au 25 août



Suite au succès remporté par la première édition l'année passée, nous avons décidé d'organiser une nouvelle édition de notre bientôt traditionnel stage sportif sur un week-end pour tous les membres des clubs de Montreux et Vevey.

Au programme, départ à 8h30 de la région jusqu'à Avenches, entraînement de judo le matin. Après le pique-nique, judo ouvert à tous les accompagnants motivés puis initiation au ju-jitsu. Le soir, souper et nuit à l'auberge de jeunesse d'Avenches

Le dimanche, après un réveil sportif, entraînement de judo le matin au dojo et cours de self-défense en extérieur pour les accompagnants.

Si la météo le permet, grillades et baignade au lac de Morat pour se détendre l'après-midi avant de rentrer sur la Riviera entre 17h et 18h.

Le prix de ce stage est de **50.-** pour les jeunes de 15 ans ou moins et de **75.-** pour les plus âgés. Ceci comprend la nuitée ainsi que le souper du samedi et les déjeuner et dîner du dimanche.

Les parents qui souhaitent nous accompagner pour tout le week-end ou pour une partie seulement, pour s'initier aux arts martiaux ou pour profiter des activités d'Avenches sont les bienvenus.

Le délai d'inscription est le **jeudi 27 juin** afin de valider le nombre de chambres à réserver
Si vous avez des questions, n'hésitez pas à m'appeler au 079 409.10.91

Meilleures salutations,

Marcel Bachmann



Stage 2024 – Avenches – du 24 au 25 août

Nom :

Prénom :

J'ai une voiture : oui / non.....

Si oui, nombre de places libres :

