

DOSSIER À RENDRE COMPLET DÈS LE PREMIER JOUR DE L'ACTIVITÉ

- FICHE DE RENSEIGNEMENTS
- DEMANDE DE LICENCE FFJDA (Fédération Française de Judo)
- QUESTIONNAIRE SANTÉ POUR LES MINEURS (le certificat médical n'est pas obligatoire)
- CERTIFICAT MÉDICAL OBLIGATOIRE POUR LES 18 ANS ET PLUS
- COTISATION ANNUELLE (paiement échelonné accepté uniquement par chèques)

Cours d'essai gratuit :

Un cours d'essai est proposé **aux nouveaux adhérents** sous condition de remettre au club la fiche de renseignements dûment complétée et signée. **L'inscription définitive est soumise à l'accord du professeur de Judo en fonction des places disponibles.**

ÉQUIPEMENT DU JUDOKA



Le Judogi blanc (Kimono) doit être noué par la ceinture (Obi)



La gourde pour s'hydrater pendant le cours de judo



Un gel hydro-alcoolique



Les Judokas doivent se déplacer hors du tatami avec des chaussures adaptées (Zooris, Tongs...)

ATTITUDE DES JUDOKAS AU DOJO

PONCTUALITÉ

Il faut être ponctuel et respecter les horaires de début de cours. Il convient d'arriver 5 minutes à l'avance .

LE SALUT

L'arrivée et le départ du dojo (Tatami) sont marqués par le salut.

HYGIENE

La désinfection au gel hydro-alcoolique des mains et des pieds à l'entrée et à la sortie du tatami est obligatoire.

Les ongles doivent être propres et coupés courts.

Les cheveux longs doivent être attachés.

Il ne faut pas marcher pieds nus hors du tatami.

RESPECT DES CONSIGNES

Attendre l'autorisation du professeur de judo pour monter sur le tatami

Assurez vous que le professeur de judo soit bien arrivé au Dojo avant de déposer votre enfant.

PUBLIC

Les accompagnants ne sont pas admis aux abords du tatami.

Les personnes non licenciées ne sont pas admises sur le tatami (défaut d'assurance FFJDA)