

LA SMOG JUDO JUJITSU TAÏSO



Fête ses

50 ANS

18 ET 19 MAI 2024

Halle des sports Saint Jean de Braye

Ateliers sportifs, entraînement avec un champion olympique, conférence sur la "Prévention des blessures et performance", dîner spectacle



Crédits photos : Gilbert Gondard, FFJ



**Présence de Guillaume Chaine,
Champion Olympique équipe mixte
2021 - Tokyo**



Programme

La SMOC JUDO JUJITSU TAÏSO fête ses 50 ans

Samedi 18 mai 2024

- 9H30 - 10H30**
- Animation judo éveil 4/5 ans (*Dojo Halle des sports**)
 - Taïso (*Salle de danse Halle des sports*)

- 10H00 - 12H00**
- Jujitsu fighting (*Gymnase Jérôme Fernandez**)

- 11H00 - 12H00**
- Self défense (*Dojo Halle des sports*)

Possibilité de déjeuner sur place - formule plateau repas à 15 € - réservation avant le 1er mai 2024 par SMS au 06 95 95 75 83

- 14H00 - 18H00**
- **Entraînement avec Guillaume Chaine, champion olympique**
(*Dojo Halle des sports*)
14h/16h pré poussins à benjamins
16h/18h minimales à vétérans

A partir de 20h00, dîner spectacle au cirque Gruss*, animé par le groupe SAMSOUL
(sur réservation avec le coupon ci-dessous - entrée payante)



Dimanche 19 mai 2024

- 10H30 - 12H00**
- Conférence interactive "**Prévention des blessures et performance chez les judokas et jujitsukas**", animée par **Arnaud Gaillard, préparateur physique équipe de France futsal / équipe de Volley-ball Nantes Rezé** (*Dojo Halle des sports*)

Possibilité de déjeuner sur place - formule plateau repas à 15 € - réservation avant le 1er mai 2024 par SMS au 06 95 95 75 83

- 14H30 - 16H30**
- Plateforme technique Kata et préparation UV technique (*Dojo Halle des sports*)

*Halle des sports : 3 rue Léon Blum, St Jean de Braye / Gymnase Jérôme Fernandez : 73 av. Joseph Soulas, St Jean de Braye /
Cirque Gruss : 40 rue du petit bois, Saint Jean de Braye / Accès par ligne Tram B Direction Clos du hameau - arrêt Léon Blum Mairie

Coupon réservation dîner spectacle 50 ans SMOC 18 mai 2024

(Repas : apéritif, plat principal couscous, fromage et dessert)



Nom : Tél :

Nombre d'adultes :x 30 €

Nombre d'enfants :x 15 €
(- de 10 ans)

Total à régler :€

par chèque en espèce par virement

Merci de retourner ce coupon accompagné du règlement **AVANT LE 1ER MAI 2024** :

- soit par chèque à l'ordre de la SMOC JUDO par courrier à M. Hervé Gaillard, 180 rue Frédeville, 45800 St Jean de Braye
- soit en espèce à remettre lors des cours de judo
- ou par virement (RIB à disposition sur le site : www.smoc-st-jean-de-braye.ffjudo.com)