Cours DOJO RICHARD SITBON
123, Avenue de Tobrouk - Sartrouville

COS JUDO SARTROUVILLE

Cours DOJO ROMAIN ROLLAND
6, Rue de Marseille - Sartrouville

2023
2024

LUNDI	MERCREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		09H30-10h15 Oursons	09H45-10h45 Circuit Training Lions/Pumas
		10H30-11h15 Oursons	11h00-12h00 Circuit Training CJS / Adultes Loisirs
		11H30-12h15 Pandawans	
	13H00-13h45 Pandawans	13H00-13h45 Pandawans	
	13H45-14h45 Tigres	13H45-14h45 Tigres	
	14H45-15h45 Jaguars	14H45-15h45 Jaguars	
	15H45-16h45 Pumas	15H45-16h45 Pumas	
	16H45-18h00 Lions	16H45-18h00 Lions	
	18H30-19h00 CJS technique	18H00-19h30 CJS	
	19H00-20h45 CJS	19H30-20h30 Katas	
17H30-18h30 Ne Wasa Pumas Jaguars			
19H00-20h30 Lions CJS			
20H45-21h45 Adultes Loisirs Renfo/cardio*	20H45-21h45 Adultes Loisirs Renfo/cardio		
21H45-22h30 Adultes Loisirs judo/jujitsu/ Défense*	21H45-22h30 Adultes Loisirs judo/jujitsu/ défense		

*Sur Evariste Gallois

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		14H00-14h45 Pandawans			14H00-14h45 Pandawans
		15H00-15h45 Oursons			15H00-16h00 Tigres 2
		16H00-17H00 Tigres 2			
17H15-18h15 Tigres 1	17H30-18h30 Jaguars		17H15-18h15 Tigres 1	17H30-18h30 Jaguars	
18H15-19h00 Cours Compétitions sur Sélection Tigres Jaguars	18H45-20h15 Lions		18H15-19H00 Cours Compétitions sur Sélection Pumas Lions	18H45-20h15 Lions	
19H00-20h00 Pumas			19H00-20H00 Pumas		

Cours pour les Nouveaux/Débutants
Oursons : 2019-2020
Pandawans : 2018
Tigres : 2016-2017
Jaguars : 2012-2013-2014-2015
Pumas : 2010-2011
Lions : 2007-2008-2009
CJS : cadet junior sénior
Adultes Loisirs : A partir de 2006

Horaires des cours réinscriptions : Consulter les professeurs

COS JUDO
SARTROUVILLE

Inscriptions et Réinscriptions Saison 2023-2024

(frais de dossier uniquement la 1ère année)

T-shirt et sweat inclus

Cours	Cotisation	Licence	Total Réinscription	Frais de dossier	Total Nouvelle Inscription
Oursons	215 €	41 €	256 €	20 €	276 €
Pandawans	235 €	41 €	276 €	20 €	296 €
Judo	265 €	41 €	306 €	20 €	326 €
Ceinture Noire*	15 €	41 €	56 €	20 €	76 €
TAISO & CIRCUIT TRAINING	225 €	41 €	266 €	20 €	286 €

Paiement : Chèques, Espèces (sous enveloppe nominative), Virements,
Coupons Sport, Pass +, Pass'sport, Pass Lycée, Chèques vacances
Possibilité de paiement en plusieurs fois/ Réduction famille applicable

Notre boutique vous propose des kimonos et articles du club
boutique@cosjudo.com

Frais de dossier dégressifs (10 € par adhérent suivant)

* Contribution Ceinture Noire Compétiteur de 40 € (si aucune aide n'est apportée sur la saison, la cotisation est susceptible d'être demandée)

Vous pouvez faire un don. il donne droit à une réduction d'impôt sur la part qualifiée de 66%.
https://www.soutienstonclub.fr Transmission directement de votre reçu pour la défiscalisation.

C.O.S. Judo Maison des Arts Martiaux 123, avenue Tobrouk, 78500 SARTROUVILLE
Tél : 01.61.30.24.48 / 06.51.43.70.15 secretariat@cosjudo.com www.cosjudo.fr

Retrouvez-nous sur les réseaux