

# Judo - Enfants



## Planning des cours

	Jour	Horaire	DOJO	
<b>Baby Judo</b> né(e)s en 2006 & 2007	Mercredi	10h - 11h	CSU	
	Samedi	9h - 10h	Bon Pasteur (Sport Union XV)	Cours collectif en musique en parallèle
<b>Mini poussins</b> né(e)s en 2004-2005	Mardi	18h - 19h	CSU	
	Mercredi	11h - 12h	CSU	
	Jeudi	18h - 19h30	Bon Pasteur (Sport Union XV)	Cours collectif en musique en parallèle
<b>Poussin(e)s</b> né(e)s en 2002-2003	Lundi	18h - 19h30	Bon Pasteur	Cours collectif en musique en parallèle
	Mardi	19h - 20h	CSU	
	Jeudi	18h - 19h30	Bon Pasteur (Sport Union XV)	Cours collectif en musique en parallèle
<b>Benjamin(e)s</b> né(e)s en 2000-2001	Lundi	18h - 19h30	Bon Pasteur	Cours collectif en musique en parallèle
	Mercredi	16h - 18h	CSU	
<b>Minimes</b> né(e)s en 1998-1999	Mercredi	16h - 18h	CSU	
	Vendredi	18h30 - 20h	CSU	
<b>Cadet(te)s</b> né(e)s en 1996-1997	Vendredi	18h30 - 20h	CSU	
	<i>Les cadets peuvent également venir à tous les cours adultes</i>			

Cours Supplémentaires	Condition	Jour	Horaire	DOJO
Poussin(e)s	3 années de judo	Mercredi	16h - 18h	CSU
Benjamin(e)s	Compétiteur	Vendredi	18h30 - 20h	CSU

Créneaux sous réserve d'attribution des salles par la ville de Strasbourg et le SIUAPS.

## Modalités d'inscription

- ⇒ Fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique du judo (valable 1 an), et le faire apposer dans le passeport sportif avec la mention « apte à la compétition ».
- ⇒ Remplir deux formulaires :
  - 1 - d'inscription
  - 2 - fédéral pour la licence
- ⇒ S'acquitter de la cotisation.

## Tarifs

Scolaire	177€
2 <sup>ème</sup> enfant d'une même famille	147€
3 <sup>ème</sup> enfant d'une même famille	117€
Au-delà du 3 <sup>ème</sup> enfant	87€
Tarif réduit pour les enfants des personnels universitaires : règlement auprès du <b>SPACS</b> ou du <b>CAES</b> , 43 r. Goethe	
Passeport sportif valable 8 ans	8.50€ + 1 photo

- ⇒ Cours de Septembre à Juin, en période scolaire.
- ⇒ Licence Assurance FF Judo incluse.

# Judo et Ju Jitsu - Adultes

## Né(e)s en 1997 et avant

### Planning des cours (accès illimité à tous les cours)

Jour	Contenu	Public	Horaire	DOJO
Lundi	Judo Debout-Sol	Tous niveaux	19h30 - 21h	Bon Pasteur
Mercredi	Judo Debout-Sol	Tous niveaux	19h - 21h	CSU
Vendredi	Kata-Randori-Technique	Suivi individualisé	19h30 - 21h30	CSU
	Ju-Jitsu (Self-défense)	Tous niveaux	20h - 21h30	CSU
Samedi	Musculation	Tous niveaux	10h - 11h	Bon Pasteur

Créneaux sous réserve d'attribution des salles par la ville de Strasbourg et le SIUAPS.

### Modalités d'inscription

- ⇒ Fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique du judo (valable 1 an), et le faire apposer dans le passeport sportif avec la mention « apte à la compétition ».
- ⇒ Remplir deux formulaires :
  - 1 - d'inscription
  - 2 - fédéral pour la licence
- ⇒ S'acquitter de la cotisation.

### Tarifs (accès illimité à tous les cours)

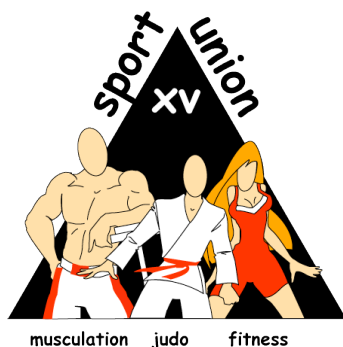
Adultes	187 €
Scolaire	177 €
Ceinture noire	152 €
Etudiant	122 €
Licencié autre club	155 €
Passeport sportif valable 8 ans	8.50€ + 1 photo



- ⇒ Cours de Septembre à Juin.
- ⇒ Licence Assurance FF Judo incluse.

### Adresses des dojos

- ⇒ CSU - Centre Sportif Universitaire : rue Gaspard Monge à Strasbourg (Esplanade).
- ⇒ Bon Pasteur : 6 bvd Jean Sébastien Bach à Strasbourg (Orangerie Quartier des XV).



# Fitness / Musculation

**Saison  
2011-2012**

☎ : 06 67 32 67 67

✉ : sportunionxv@free.fr

- Adresse postale : 12, rue Charles Grad - 67000 Strasbourg
- Activités au Centre Sportif du Bon Pasteur (salles de Danse et de Musculation) : 6 boulevard Jean Sébastien Bach à Strasbourg (Orangerie Quartier des XV)

Inscriptions possibles tout au long de la saison sportive 2011-2012. S'adresser aux enseignants pendant les cours.

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

## Planning des cours

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h-10h						FITNESS cours collectif en musique
18h-19h	FITNESS cours collectif en musique			FITNESS cours collectif en musique		
19h-20h		CARDIO / MUSCULATION		CARDIO / MUSCULATION		
20h-21h						

- ⇒ Cours de Septembre à Juin
- ⇒ Créneaux sous réserve d'attribution des salles par la ville de Strasbourg
- ⇒ Accès également autorisé aux mineurs de 16 à 18 ans avec autorisation parentale
- ⇒ Ouverture d'un nouveau créneau dès 8 inscriptions
- ⇒ Tarif réduit pour les membres du SUC, sur présentation d'un justificatif

## Modalités d'inscription

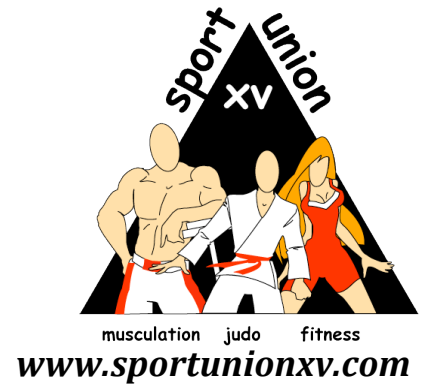
- ⇒ Fournir un **certificat médical** de non contre-indication à la pratique de la musculation ou du fitness (valable 1 an).
- ⇒ Remplir deux **formulaire**s :  
1 - d'inscription  
2 - fédéral pour la licence
- ⇒ S'acquitter de la **cotisation** et des frais de **licence/assurance**.

## Tarifs

	Tarif Public	Tarif Réduit	Licence / Assurance
1 créneau par semaine	187 €	157 €	17 €
Par créneau supplémentaire	117 €	117 €	



**Saison  
2011-2012**



# Judo Fitness

# Jujitsu Musculation

## Inscriptions

**Mardi 6 septembre 2011 de 18h à 20h  
au Centre Sportif du Bon Pasteur.**

(6 boulevard Jean-Sébastien Bach, Strasbourg-Orangerie)

Au-delà de cette date, les inscriptions se feront toute l'année aux heures de cours dans la limite des places disponibles.

## Reprise des cours

**Lundi 12 septembre 2011**

☎ : 06 67 32 67 67

✉ : [sucjudo@free.fr](mailto:sucjudo@free.fr)

✉ : [sportunionxv@free.fr](mailto:sportunionxv@free.fr)

✉ : Adresse postale :  
12, rue Charles Grad  
67000 Strasbourg

### **Professeurs diplômés d'Etat :**

Bruno VONPIERRE, 5<sup>ème</sup> dan, BEES judo 2<sup>e</sup> degré

Eric BEFORT, 5<sup>ème</sup> dan

Guy LEHELLE, 5<sup>ème</sup> dan

Sophie VONPIERRE, 4<sup>ème</sup> dan

Cyrille TRUSSARDI-LAGERBE, 2<sup>ème</sup> dan

Armenak MARDYROSYAN, 2<sup>ème</sup> dan

Annie ZIELINSKI, 2<sup>ème</sup> dan

Musculation / Fitness :

Dagmar WITKOWSKI, Anthony VAULTIER,

Laurent MALSANG