



Rassemblement atlantique - Tous niveaux Les 2, 3 et 4 avril 2020 à Cognac

HEBERGEMENT :
Hôtel l'Oliveraie, en
face de la gare

ENCADREMENT :

- Professeurs :
 - Le Donne Richard 6^{ème} Dan DE,
 - Pierre Trasrieux 4eme Dan
- Organisateur local du stage : Steve RICHARDEAU 4eme Dan
- Dirigeant technique de comité : Clelia VALUY 4eme Dan
- Et Les membres de la CT Judo

ORGANISATION

- Début de prise en charge : jeudi 2/12 13-14h : Arrivée et prise en charge USCF 14H sous rés horaires SNCF.
Accueil à la gare
- Fin de prise en charge : samedi 4/12 12H : gare de Cognac, fin de la prise en charge

CONTENU DU RASSEMBLEMENT :

- Entraînements techniques et entraînements communs avec les clubs Grand Cognac JUDO et Archiac. Footing, oxygenation au bord de la Charente.
- Intervention de Jean-Claude SIMON, haut gradé, responsable culture judo ligue aquitaine
- Focus sur les règles d'arbitrage
- Moments conviviaux avec les clubs locaux

CONDITIONS DE PARTICIPATION:

- Etre licencié à la FFJDA. Pratiquer le judo, le Jujitsu ou une des disciplines associées.
- Etre majeur
- Etre Cheminot actif ou ayant droit
- **TOUS NIVEAUX ACCEPTES.** Nous nous adapterons à chacun.

INSCRIPTION :

- Prendre contact avec Clelia VALUY 06 09 43 47 41 ou clelia.valuy@hotmail.fr
Et s'inscrire sur le site USCF -> s'inscrire au prochain challenge -> 2020 Atlantique Judo.
Créer un compte USCF si vous n'en n'avez pas.
- Hébergement et repas pris en charge par l'USCF.
- Participation demandée : **15€ par personne**

Ne pas oublier :

La carte SNCF et fichet, le passeport FFJDA validé (cert médical...), kimonos,
nécessaire de toilette, survêtement, chaussures de sport, matériel de secours.