

Hadjime !

Prêt ? Alors hadjime ! Promis, pas de ipon au rendez-vous, seulement de la bonne humeur et des petits jeux autour de ce merveilleux sport de défense !



Date/horaires : 19 octobre 2023 – 10h00 à 15h00.



Lieu : Salle des arts martiaux, rue de Remsing, 57600 Forbach



Organisation : Le Comité Départemental Sport Adapté de Moselle en collaboration avec le **Centre de Judo de Forbach**.



Participants : Licenciés FFSA. Pour les non licenciés, une licence découverte est obligatoire. **LIMITE A 36 PARTICIPANTS**



Prix : GRATUIT pour les licenciés FFSA.
10€ / non-licencié (couvrant les frais divers et de licence).



Déroulement de la journée :

- ❖ 10h00 – 10h30 : Accueil avec collation.
- ❖ 10h30 – 12h00 : Ateliers autour du judo.
- ❖ 12h00 – 13h00 : Repas tiré du sac.
- ❖ 13h30 – 15h00 : Petite compétition amicale.
- ❖ 15h00 : Remise des diplômes et départ.

**Venez sans crainte et ressortez avec
le plein d'assurance !**