



# JUDO CLUB DE HEM

Association régie par la loi du 1er juillet 1901

Siège social : 22 rue d'Artois - 59510 HEM

SIRET : 399 531 755 00029

[judoclubdehem@orange.fr](mailto:judoclubdehem@orange.fr)

## INFORMATIONS POUR LA SAISON 2020-2021

### HORAIRES DES COURS DE JUDO – JU-JITSU – TAÏSO & SELF-DÉFENSE

**Judo** entraînements sous la direction de Monsieur Amar Hamdi - Professeur D.E. (5989133)

Judo Éveil	<i>Dojo Sylvianne Delbart</i>	Samedi	10h00 à 12h30
5 à 7 ans	<i>Dojo Sylvianne Delbart</i>	Lundi et mercredi	17h00 à 18h30
8 à 13 ans	<i>Dojo Sylvianne Delbart</i>	Mardi et Jeudi	17h00 à 19h30
5 à 13 ans	<i>Salle Marcel Pagnol</i>	Lundi et Vendredi	18h30 à 19h30
Ados et Adultes	<i>Salle Marcel Pagnol</i>	Lundi	19h30 à 21h30
	<i>Dojo Sylvianne Delbart</i>	Mercredi	19h30 à 21h30
Compétition : à partir de Minimes	<i>Dojo Sylvianne Delbart</i>	Mardi et Jeudi	19h30 à 21h30
	<i>Dojo Sylvianne Delbart</i>	dimanche	10h00 à 12h00

### Taïso

Tout public	<i>Dojo Sylvianne Delbart</i>	Lundi	18h30 à 19h30
		Mercredi	18h30 à 19h30

### Ju-Jitsu

Ados et Adultes	<i>Salle Marcel Pagnol</i>	Vendredi	19h30 à 21h30
-----------------	----------------------------	----------	---------------

**Self-Défense BSD HEM 59** entraînements sous licence Karaté

Instructeur ANGELINO JORGE	6 à 13 ans	<i>Dojo Delbart</i>	Vendredi	17h30 à 19h30
	Dès 10 ans	<i>Salle Marcel Pagnol</i>	Lundi	18h30 à 21h30
	Dès 14 ans	<i>Salle Marcel Pagnol</i>	Vendredi	19h30 à 21h30
	Féminin	<i>Site André Diligente</i>	Jeudi	17h30 à 20h00
Instructeur DJELLAB RACHID	Seniors	<i>Salle Marcel Pagnol</i>	Lundi	17h00 à 18h30
		<i>Salle Marcel Pagnol</i>	Vendredi	17h00 à 18h30

### TARIFS

	Licence	Frais de dossier	Inscription
Judo	40 €	8 €	Cotisation : 150 € / an 2 <sup>ème</sup> enfant : 130 € / an 3 <sup>ème</sup> enfant : 110 € / an
Ju-Jitsu			
Self-défense	40 €		
Judo Éveil	–		
Taïso	–		
Option : 40 € / an par discipline supplémentaire			

☎ Monsieur GROSSEMY : 06 75 74 35 73	<b>Salle Marcel Pagnol</b> , rue Marcel Pagnol - 59510 HEM
☎ Professeur HAMDI : 06 11 64 43 38	<b>Dojo</b> , avenue Henri Dunant - 59510 HEM
☎ Monsieur DEHAUT : 03 20 83 53 77	<b>Site André Diligente</b> , rue Blaise Pascal – 59510 HEM