

SMOC JUDO - HORAIRES DES COURS - SAISON 2025-2026

Lundi	PRE-POUSSINS ① ⑦ 17 H 00 – 17 H 45	BENJAMINS – MINIMES ① ⑦ 17H50 - 19H					
Mardi	PRE - JUDO ① 17 H – 17 H 45	POUSSINS 2 ① 17 H 50 – 19 H	KATA Expression technique ① 19H – 19H30	CADETS JUNIORS SENIORS ① 19 H 30 – 21 H 00			
Mercredi	BENJAMINS - MINIMES ① ⑦ 15 H 15 – 16 H 25	JUJITSU jeunes ① ⑦ 16 H 30– 17 H	POUSSINS 1 ① ⑦ 17h05 – 18h15	TAISO Santé ③ 19 H 00 – 20 H 00	JU - JITSU ② 20 H00 – 21 H 30		
Jeudi							
Vendredi	POUSSINS ① 17 H – 18 H 05	BENJAMINS 2 /MINIMES - CADETS 1 ① 18 H 10 – 19 H 30	KATA Expression technique ① 19 H 30 – 19 H 55	CADETS - JUNIORS SENIORS ① 20 H – 21 H 30			
Samedi	TAISO Santé ③ 10 H – 11 H 15	EVEIL 1 ③ 11 H 20 - 12 H 00	PRE – JUDO / PRE POUSSINS ④ + ⑤ 13 H 30 – 14 H 30	MUSCULATION ① 14 H – 15 H	EVEIL 2 ④ + ⑤ 14H35 - 15H15		

Lundi SEMOY	EVEIL 1 et 2 ⑥ 17 H 15 – 18H 00	PRE POUSSINS / POUSSINS ⑥ 18 H 00 – 19 H 00	
Vendredi SEMOY	PRE – JUDO / PRE POUSSINS ⑥ 17 H 15 – 18 H 15	POUSSINS / BENJAMINS ⑥ 18 H 15 – 19 H 15	

Professeurs

Stéphane	MECHIN	①
Laurent	MALPEYRE	②
Laurie	MELE	③
Thomas	DEBARD	④
Yassine	MANSOUF	⑤
Jennifer	FERREIRA	⑥
Joël	FOUCHARD	⑦

CATEGORIES D'AGES

EVEIL JUDO 1	2021	PRÉ-POUSSINS	2018	MINIMES 1 ET 2	2012-2013	SENIORS	2005 et avant
EVEIL JUDO 2	2020	POUSSINS 1 ET 2	2016-2017	CADETS	2009-2010-2011		
PRÉ JUDO	2019	BENJAMINS 1 ET 2	2014 - 2015	JUNIORS	2006-2007-2008		

Cotisations

Cotisation annuelle :

. **tarif plein : 175 €**

. **tarif réduit** (éveil judo, pré-judo, pré-poussins) : **135 €**

Tarif dégressif pour plusieurs adhérents de la même famille.

Certificat médical :

MAJEURS : CERTIFICAT MEDICAL OBLIGATOIRE POUR UNE NOUVELLE INSCRIPTION.

Pour une réinscription, si le dernier date de moins de 3 ans, *Questionnaire de santé* + attestation.

MINEURS : *Questionnaire de santé* + attestation

Tous ces documents sont sur notre site rubrique « Saison 2025-2026 »

Prêt de kimono

Jusqu'aux Pré-Poussins (dans la limite du stock disponible) : caution de 20 €

Nous ne pouvons pas valider les licences sans paiement. Or la licence donne accès à l'assurance. Ainsi, sauf pour les cours d'essai, personne ne sera admis sur le tatami sans paiement.

**Pas de paiement = pas de licence = pas d'assurance =
pas d'accès au tatamis**

Matériel nécessaire à la pratique du judo :

- 1 judogi avec sa ceinture
- une paire de claquettes/tongs (pour les déplacements entre les vestiaires et le tatami)
- une gourde

S.M.O.C. Judo / Jujitsu / Taïso Santé



Saison 2025 - 2026

Sessions d'inscription, voir sur :
<https://smoc-st-jean-de-braye.ffjudo.com/>

Reprise des cours : 8 Septembre 2025

Dojo – Halle des Sports

3, rue Léon Blum, 45 800 Saint-Jean-de-Braye
02-38-21-73-98 (aux horaires des cours) / smocjudo45@gmail.com

