

SMOC JUDO - HORAIRES DES COURS - SAISON 2026-2027

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 17 H 15 – 18H 00	PRE POUSSINS / POUSSINS 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	

<u>Professeurs</u>		
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	2022	PRÉ-POUSSINS	2019	MINIMES 1 ET 2	2014-2013	SENIORS	2006 et avant
EVEIL JUDO 2	2021	POUSSINS 1 ET 2	2018-2017	CADETS	2012-2011-2010		
PRÉ JUDO	2020	BENJAMINS 1 ET 2	2016 - 2015	JUNIORS	2009-2008-2007		

Cotisations

Cotisation annuelle : 180 €

(licence fédérale : 46€ ; adhésion SMOC 8€ ; cotisation SMOC JUDO : 126€)

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 2026-2027 »

Prêt de kimono

Jusqu'aux Pré-Poussins (dans la limite du stock disponible) : caution de 35€

Nous ne pouvons aucune inscriptions sans règlement complet.
Ainsi, sauf pour les cours d'essai (carte découverte signée) personne ne sera admis sur le tatami sans règlement complet.

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 2026 - 2027

Sessions d'inscription, voir sur :

<https://smoc-st-jean-de-braye.ffjudo.com/>

Reprise des cours : 7 Septembre 2026

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

