

JUDO CLUB  
OUFFET

柔道

La Politesse

礼儀

Le Courage

勇氣

La Sincérité

誠実

Le Contrôle de soi

克己

L'honneur

名誉

La Modestie

謙虚

L'Amitié

友情

Le Respect

敬意

# JUDO CLUB OUFFET

## Club de judo familial et ouvert à tous !

### Pourquoi pratiquer le judo ?

*Le judo est un sport complet qui fait travailler toutes les parties du corps.*

*Sa pratique permet d'améliorer la condition physique  
mais aussi l'équilibre et la psychomotricité.*

*C'est un sport noble où le respect et la discipline sont très présents.*

*D'autres valeurs sont véhiculées par ce sport  
telles que l'amitié, le courage, le contrôle de soi, ...*

### Quand ?

*Les lundis et vendredis*

*De 19h à 20h pour les enfants de moins de 14 ans*

*De 19h à 20h30 pour les plus grands.*

### Où venir nous rejoindre ?

*Au hall omnisports de l'ILC Saint François - rue du Perron 31 à Ouffet*

### Qui donne cours ?

*Les cours sont dispensés par 3 ceintures noires:*

*(Professeurs diplômés de l'Adeps)*

*Jonathan Loix - 4<sup>ème</sup> Dan - Renaud Loix - 2<sup>ème</sup> Dan - Cloé Jaa - 1<sup>er</sup> Dan*

### Qui peut participer ?

*Pour tous les enfants à partir de 6 ans et tous les adultes*

### Comment s'inscrire ?

*Inscription sur place, 3 premiers cours d'essai totalement gratuit*

*Après l'essai, il y a une attestation médicale à faire remplir par votre médecin traitant  
et la cotisation annuelle à régler.*

### Combien ?

*140€ pour l'année, donnant accès aux cours et aux compétitions,  
incluant l'assurance et l'affiliation à la Ligue*

*Virement sur le compte du club : IBAN: BE28001104841720 - BIC: GEBABEBB,  
Communication "Nom judoka(te)"*

*Possibilité de remplir une attestation pour la mutuelle.*

### Pour nous contacter :

*Eric Loix (Trésorier) au 086/367037 - Renaud Loix (Président) au 0472/588843*

*Adresse email: [judoclubouffet@gmail.com](mailto:judoclubouffet@gmail.com)*

### Suivez-nous sur la page Facebook:

*[www.facebook.com/judoclubOuffet](http://www.facebook.com/judoclubOuffet) (agenda, photos, ...)*