



COTISATIONS		
Éveil-judo - 1 cours	210 €	
Mini-poussin(e)s 1 cours	230 €	
Mini-poussin(e)s 2 cours	280 €	
Poussin(e)s - 2/3 cours	280 €	
Benjamin(e)s - 2/3 cours	280 €	
Minimes - 2/4 cours	300 €	
Cadet(tes) - 2/4 cours	300 €	
Juniors, séniors 2/4 cours	300 €	
Taiso - 2 cours	270 €	
JJB - 2 cours	270 €	

• Grâce à la complémentarité de ses entraîneurs, l'ESN judo propose à ses adhérents toutes les facettes du judo : loisir, technique et compétition.

CATÉGORIES		
Éveil-judo	2021 & 2022	
Mini-poussins	2019 & 2020	
Poussins	2017 & 2018	
Benjamin(e)s	2015 & 2016	
Minimes	2013 & 2014	
Cadet(tes)	De 2010 à 2012	
Juniors	De 2007 à 2009	
Séniors	2006 et avant	

GYMNASSE LÉO LAGRANGE :
6, RUE DES AUBÉPINES

GYMNASSE ÉVARISTE GALOIS :
5, RUE DES ÉCOLES

CENTRE SPORTIF VOLTAIRE :
44, RUE DE L'UNION

PALAI DES SPORTS* :
136, AVENUE JOLIOT-CURIE

DOJO ALICE MILLIAT :
4 RUE MORELLY

* Attention les cours du Palais des Sports sont susceptibles d'être perturbés par les matchs officiels de l'équipe pro de basket plusieurs fois dans la saison. Dans ce cas des séances de remplacement sont proposées dans les autres dojos.



ÉVEIL JUDO - 2021 & 2022		
1 COURS PAR SEMAINE (45 MIN) / PAS DE COURS LES SAMEDIS DES VACANCES		
Mercredi	15h15-16h00	PALAI DES SPORTS*
Samedi	14h30-15h15	
Samedi	9h30-10h15	C.S. VOLTAIRE
Samedi	10h15-11h00	
Mercredi	10h15-11h00	GYMNASSE GALOIS (HAUT)
Samedi	9h15-10h00	
Samedi	14h00-14h45	GYMNASSE LÉO LAGRANGE
Lundi / Vendredi	17h15-18h00	
Mercredi	17h15-18h00	ALICE MILLIAT

MINI POUSSINS - 2019 & 2020 PAS DE COURS LES SAMEDIS DES VACANCES		
1 COURS PAR SEMAINE		
Mercredi	11h00-12h00	GYMNASSE GALOIS (bas)
Samedi	15h00-16h00	GYMNASSE GALOIS (haut)
Samedi	11h00-12h00	C.S. VOLTAIRE
Vendredi (Mini Poussins & Poussins)	18h00-19h00	GYMNASSE LÉO LAGRANGE
Mercredi	16h00-17h00	PALAIS DES SPORTS*
Samedi	12h30-13h30	
2 COURS PAR SEMAINE		
Mardi / Jeudi	18h00-19h00	GYMNASSE GALOIS (haut)
Mercredi Samedi	14h00-15h00 10h00-11h00	
Mercredi / Vendredi	18h00-19h00	C.S. VOLTAIRE
Lundi Mercredi	18h00-19h00 17h00-18h00	GYMNASSE LÉO LAGRANGE
Mercredi / Vendredi	18h00-19h00	ALICE MILLIAT
COURS MINI-CHAMPIONS (MINI POUSSINS & POUSSINS)		
Samedi	16h00-17h30	GYMNASSE GALOIS (bas)



« Déclaré comme "meilleur sport pour former les jeunes et les enfants de 4 à 21 ans" par l'UNESCO »

JUNIORS - 2007 À 2009		
Mardi / Jeudi / Vendredi	19h30-21h00 19h30-21h00 20h00-21h30	GYMNASSE GALOIS (bas)
Samedi (PPG) / Samedi (Kata)	11h00-12h00 12h00-13h00	

SENIORS JUDO - 2006 ET AVANT		
Lundi	20h30-22h00	GYMNASSE GALOIS (haut)
Mardi / Vendredi	19h30-21h00 20h30-22h00	GYMNASSE GALOIS (bas)
Samedi (PPG) / Samedi (Kata)	11h00-12h00 12h00-13h00	GYMNASSE GALOIS (bas)

POUSSINS - 2017 & 2018		
2 COURS PAR SEMAINE / PAS DE COURS LES SAMEDIS DES VACANCES		
Mardi / Jeudi	19h00-20h00	GYMNASSE GALOIS (haut)
Mercredi / Samedi	15h00-16h00 11h00-12h00	
Mercredi / Vendredi	19h00-20h00	C.S. VOLTAIRE
Mercredi / Samedi	17h00-18h00 13h30-14h30	PALAI DES SPORTS*
Lundi / Mercredi	19h00-20h00 18h00-19h30	GYMNASSE LÉO LAGRANGE
Mercredi / Vendredi	19h00-20h00	ALICE MILLIAT
COURS MINI CHAMPIONS (MINI POUSSINS & POUSSINS)		
Samedi	16h00-17h30	GYMNASSE GALOIS (bas)

BENJAMIN(E)S JUDO - 2015 & 2016		
Lundi / Mercredi	18h00-19h30 17h30-19h00	GYMNASSE GALOIS (haut)
Lundi / Mercredi	18h00-19h30 16h30-18h00	C.S. VOLTAIRE
Lundi / Mercredi	19h00-20h00 18h00-19h30	LÉO LAGRANGE
COURS COMPÉTITION		
Vendredi	18h30-20h00	GYMNASSE GALOIS (bas)

MINIMES JUDO - 2013 & 2014		
Mardi / Jeudi / Vendredi	18h00-19h30 18h00-19h30 18h30-20h00	GYMNASSE GALOIS (bas)
Samedi (PPG) / Samedi (Kata)	11h00-12h00 12h00-13h00	

*Les cours de muscu, mercredi, sont des cours accessibles sur avis des professeurs (compétiteurs uniquement).

CADET(TE)S - 2010 & 2011 & 2012		
Mardi / Jeudi / Vendredi	19h30-21h00 19h30-21h00 20h30-22h00	GYMNASSE GALOIS (bas)
Samedi (PPG) / Samedi (Kata)	11h00-12h00 12h00-13h00	

STAGES MULTISPORTS JUDO - SEMAINE		
5 jours : 70 €	09h00-17h00	GYMNASES de la ville

Pas de cours le 1^{er} samedi des vacances scolaires
Un questionnaire médical est à remplir pour tous les adhérents.