

Chers Présidents,
Chers Professeurs de Judo,

Le Judo Club de Thorigny a le plaisir de vous informer qu'il organise :

- le **dimanche 6 novembre 2011** une **animation pré-poussins/pré-poussines et poussins/poussines** (2002, 2003, 2004)

Cette manifestation se déroulera au : GYMNASE DU MOULIN A VENT
Rue du Moulin à Vent - 77400 THORIGNY

Licence : obligatoire + certificat médical

Pesée : par groupe morphologique :

. <i>poussins/poussines</i> nés en 2002	de 8h45 à 9h15
. <i>poussins/poussines</i> nés en 2003	de 11h00 à 11h30
. <i>pré-poussins/pré-poussines</i> nés en 2004	de 13h15 à 13h45

Récompenses Les pré-poussins et poussins seront tous récompensés.

Durée des randoris 1mn pour les pré-poussins
1mn30 pour les poussins
début des randoris : garde fondamentale du Judo
interdiction des sutémi makikomi et des attaques avec 1 ou 2 genoux au sol
interdiction des clés de bras et des étranglements