



Challenge Gabriel Ruard

Judo Club de Vif

2005/2006

Poussins(e) : Pesée de 9h à 9h30

2007/2008

Mini-poussins(e) : Pesée de 11h30 à 12h00

2003/2004

Benjamins (e) : Pesée de 14h30 à 15h00

2001/2002

Minimes : Pesée de 14h30 à 15h00

Un échauffement collectif sera fait avant chaque début de catégorie

Poussins(e) : échauffement 9h30 début combat 10h15 Temps de combat : 1m30s

Mini-poussins(e) : échauffement 12h00 début combat 12h45 Temps de combat : 1m15s

Benjamins(e) : échauffement 15h15 début combat 15h45 Temps de combat : 2 m

Minimes : échauffement 15h15 début combat 15h45 Temps de combat : 3 m

Horaires à titre indicatif en fonction du nombre de participants

CLUB:

NOM:

PRENOM:

POIDS:

Année de Naissance:

GRADE :