

## Matériel :

### Pensez à apporter :

- ✓ Votre nécessaire de camping :  
1 Tente (2 places minimum), 1 sac de couchage, 1 matelas, 1 oreiller, 1 lampe...
- ✓ Vêtements et affaires de toilette.
- ✓ Nécessaire sportif :  
2 Judogi, claquettes, 1 paire de chaussure de type running, 1 maillot de bain, serviette de bain, petite pharmacie.
- ✓ Autres :  
Lunettes de soleil, casquette, crème solaire.

## Journée type :

- Préparation Physique (Footing, natation...)
- **Judo**
- Pause repas et repos
- Activités sportives (Initiation Jujitsu Brésilien, sports collectifs, Crossfit Judo...) ou activités de plage.
- **Judo**
- Activités libres (espace aquatique...)
- Pause repas
- Veillées (soirées et concerts organisés par l'équipe d'animation du camping) + le fameux « Judo Night Show » ...
- Des séances de « découverte judo » seront proposées aux vacanciers de tous âges, elles seront co-encadrées par les stagiaires volontaires supervisés par les Professeurs D.E.

## Installations :

Les séances de Judo se dérouleront sur un Tatami sous un chapiteau de plus de 200m2 installé dans le camping.

Un City Park, deux piscines (une sportive et l'autre ludique avec toboggans) et une salle de musculation sont également à la disposition des stagiaires.



## Encadrement :

### → Stage encadré par des Professeurs de Judo Diplômés d'État :

- ✓ **David BIZOUARN,**  
6<sup>ème</sup> Dan, Kumo - 29
- ✓ **Christian MOUTTOU,**  
6<sup>ème</sup> Dan, Judo Club 56
- ✓ **Philippe HAMEON,**  
5<sup>ème</sup> Dan, Bain de Bretagne - 35
- ✓ **Mickaël LAJOUX,**  
3<sup>ème</sup> Dan, Baie d'Armor Judo

### → Une équipe d'animateurs Bafa pour la vie quotidienne des stagiaires

# STAGE D'ETE DE JUDO D'EROUY (22)

*Du 21 au 26 août 2022*

*Agrément Jeunesse et Sports n° 0220R90969*



## Présentation :

Depuis 15 ans le « **Camping Les Pins** » d'ERQUY (22), accueille à la fin du mois d'août, le désormais traditionnel « **Stage d'Été de Judo d'Erquy** », labellisé par la Ligue de Bretagne de Judo.

A proximité du **Cap d'Erquy**, le **camping 4 étoiles « Les Pins »** est situé dans un environnement naturel de toute beauté. En plus des activités spécifiques du stage (Judo et Préparation Physique), un large choix d'activités vous sera également proposé par l'équipe d'animation du camping (concert, karaoké, cabaret...).

Ce stage d'une durée de **6 jours** (5 nuits), est ouvert aux judokas (minimum ceinture verte) des catégories **cadettes à seniors (nés en 2008 et avant)**, masculines et féminines (*selon catégories d'âges saison 2022-2023*).

Des groupes affinitaires d'entraînement (âge, niveau...) seront constitués.

L'Hébergement des stagiaires se fera sous tentes.



## Tarif :

- ☛ **Semaine JUDO : 260 €**  
Versement d'un **acompte de 100 €** à l'inscription encaissé le 5 juillet. (Possibilité de paiement en 3 fois, chèques-vacances acceptés).  
En cas d'annulation du stage (ex. : contexte sanitaire), un remboursement sans frais sera effectué.
- ☛ Le **solde** devra être versé au plus tard au début du stage.
- ☛ Chèque(s) à l'ordre de l'association « **Tatami, Mer et Montagne** ».
- ☛ Une facture acquittée vous sera remise à la fin du stage.

## Inscription :

- ☛ **Inscriptions avant le 05 juillet** à expédier à l'adresse suivante :  
Mickaël LAJOUX, 3 imp. Jeanne Malivel - 22680 - Étables sur Mer

**Attention : nombre de places limité**

## Contacts / Renseignements :

Pour toute information complémentaire, vous pouvez contacter les responsables de l'association « **Tatami Mer et Montagne** » :

☎ **06 07 99 39 47** ou **06 88 30 35 68**

@ [stagejudo.erquy@gmail.com](mailto:stagejudo.erquy@gmail.com)

## Accueil au camping :

- ☛ L'accueil des stagiaires aura lieu au camping « Les Pins » le dimanche 21 août à partir de 11h00.
- ☛ Nous vous demanderons de prévoir un pique-nique pour le repas du midi du jour d'arrivée (uniquement).
- ☛ Début du stage à 14 h00.
- ☛ La clôture du stage aura lieu le vendredi 26 août après l'entraînement (à 17h00).

## Hébergement :

- ☛ L'hébergement sous tentes (\*) se fera dans un espace du camping réservé à l'ensemble des stagiaires Judo.
  - ☛ En plus de la surveillance de nuit qui sera assurée par une équipe professionnelle du camping, **des animateurs Bafa spécialement dédiés au groupe Judo** seront présents sur le campement.
  - ☛ Les petits déjeuners, déjeuners et dîners seront préparés par le chef au restaurant du camping.
- (\*) Les tentes (2 places minimum) sont fournies par les stagiaires.

Les encadrants procéderont à une répartition afin que les stagiaires Judo soient au moins 2 par tente.