

# Entraînement et coupe féminine par équipe

## SAMEDI 25 AVRIL

De poussinette à senior

**Entraînement : 14h30-15h45**

**Coupe par équipe : 16h00-17h30**

**Pot de l'amitié : 18h15**



Poussinette: 22-27 kg

Poussine: 25-32 kg

Benjamine: 40-48kg

Minime: 40-48kg

Cadettes: 48-57

Junior/senior: Toutes  
catégories



**Infos pratiques**

Animation organisée par la commission féminine, entraînement dirigé par les professeures et ceintures noires féminines

- **temps de combat :**
  - poussinette/ poussine : 1,30 min
  - benjamine/ minime : 2 min
  - cadette/ senior : 3 min
- Possibilité de prendre une judokate d'un autre club si un "trou" dans l'équipe
- Seule la senior de l'équipe peut coacher
- Inscription équipe et entraînement via extranet avant le jeudi 23 avril



Adresse : 12 PL. André Cerbonney, 73400  
Ugine