

COMITÉ OISE JUDO

Stage de la Toussaint – Benjamins / Minimes / Cadets Lundi 19 et mardi 20 octobre 2026

À l'attention des présidents et enseignants des clubs de l'Oise

Objet : Stage départemental de la Toussaint – Benjamins, Minimes et Cadets

Madame, Monsieur,

Le **Comité Oise Judo** organise un stage à l'occasion des vacances de la Toussaint, destiné aux judokas des catégories **Benjamins, Minimes et Cadets**. Ce regroupement permettra aux jeunes judokas de poursuivre leur progression technique et physique et de partager un temps de pratique avec des partenaires issus des différents clubs du département.

Informations pratiques

Dates	Lundi 19 et mardi 20 octobre 2026
Horaires	9h30 à 17h00
Lieu	Salle Robida, 1 rue Rouget-de-Lisle, 60200 Compiègne
Public	Benjamins, Minimes et Cadets
Participation	20 € par athlète pour les deux jours

Programme prévisionnel

9h30 – 10h00	Accueil des participants
10h00 – 10h45	Préparation physique générale (PPG)
11h00 – 12h45	Travail sur la garde, travail technique debout et au sol, randori
12h45 – 13h30	Déjeuner – prévoir un pique-nique
13h45 – 15h00	Travail au sol et randori au sol
15h00 – 16h45	Travail debout et randori
17h00	Fin du stage

Afin de faciliter l'organisation, nous vous remercions de bien vouloir retourner par courriel le coupon-réponse ci-joint, en précisant les noms, prénoms, catégories et journées de présence des athlètes inscrits.

Le Comité Oise Judo préconise une participation sur les deux journées, afin de permettre aux jeunes judokas de profiter pleinement de l'ensemble du programme proposé.

Nous vous remercions de relayer cette information auprès des judokas concernés et de leurs familles. En vous remerciant par avance pour votre collaboration, nous vous adressons nos salutations sportives.

Le Comité Oise Judo

COUPON-RÉPONSE

Stage de la Toussaint – Comité Oise Judo

Lundi 19 et mardi 20 octobre 2026 – Salle Robida, 1 rue Rouget-de-Lisle, 60200 Compiègne

À retourner par courriel au Comité Oise Judo.

Club :	
Nom et prénom du responsable :	
Adresse e-mail / téléphone :	

Liste des athlètes inscrits

Participation financière : 20 € par athlète pour l'ensemble du stage (deux jours).

Nom	Prénom	Catégorie

Nombre total d'athlètes inscrits : _____

Montant total (20 € × nombre d'athlètes) : _____ €

Mode de règlement : à confirmer auprès du Comité Oise Judo.

Date : _____ Signature du responsable : _____