

ENTRAINEMENTS DE MASSE DEPARTEMENTAUX

SAISON SPORTIVE 2023 / 2024

VENDREDI 29 SEPTEMBRE 2023

Entraînement départemental n° 1
Minimes / Cadets / Juniors / Seniors (né(e) en 2011 et avant)
Dojo municipal - Complexe Sportif René-Yves AUBIN - 201, boulevard de Montois 89000 AUXERRE
De 19h00 à 20h30

VENDREDI 20 OCTOBRE 2023

Entraînement départemental n° 2
Minimes / Cadets / Juniors / Seniors (né(e) en 2011 et avant)
Dojo municipal "Emile BONABOT" - Rue Poincaré 89100 SENS
De 19h00 à 20h30

VENDREDI 10 NOVEMBRE 2023

Entraînement départemental n° 3
Minimes / Cadets / Juniors / Seniors (né(e) en 2011 et avant)
Dojo municipal - Complexe Sportif René-Yves AUBIN - 201, boulevard de Montois 89000 AUXERRE
De 19h00 à 20h30

VENDREDI 24 NOVEMBRE 2023

Entraînement départemental n° 4
Minimes / Cadets / Juniors / Seniors (né(e) en 2011 et avant)
Dojo municipal "Emile BONABOT" - Rue Poincaré 89100 SENS
De 19h00 à 20h30

VENDREDI 08 DECEMBRE 2023

Entraînement départemental n° 5
Minimes / Cadets / Juniors / Seniors (né(e) en 2011 et avant)
Dojo municipal - Complexe Sportif René-Yves AUBIN - 201, boulevard de Montois 89000 AUXERRE
De 19h00 à 20h30

VENDREDI 19 JANVIER 2024

Entraînement départemental n° 6
Minimes / Cadets / Juniors / Seniors (né(e) en 2011 et avant)
Dojo municipal "Emile BONABOT" - Rue Poincaré 89100 SENS
De 19h00 à 20h30

VENDREDI 02 FEVRIER 2024

Entraînement départemental n° 7
Minimes / Cadets / Juniors / Seniors (né(e) en 2011 et avant)
Dojo municipal - Complexe Sportif René-Yves AUBIN - 201, boulevard de Montois 89000 AUXERRE
De 19h00 à 20h30

VENDREDI 15 MARS 2024

Entraînement départemental n° 8
Minimes / Cadets / Juniors / Seniors (né(e) en 2011 et avant)
Dojo municipal "Emile BONABOT" - Rue Poincaré 89100 SENS
De 19h00 à 20h30

VENDREDI 05 AVRIL 2024

Entraînement départemental n° 9
Minimes / Cadets / Juniors / Seniors (né(e) en 2011 et avant)
Dojo municipal - Complexe Sportif René-Yves AUBIN - 201, boulevard de Montois 89000 AUXERRE
De 19h00 à 20h30

VENDREDI 24 MAI 2024

Entraînement départemental n° 10
Minimes / Cadets / Juniors / Seniors (né(e) en 2011 et avant)
Dojo municipal "Emile BONABOT" - Rue Poincaré 89100 SENS
De 19h00 à 20h30

NOTES IMPORTANTES

*** Etre licencié à la FFJDA 2023 / 2024**

- * Les entraînements ont une vocation uniquement sportive (échauffement 30 min. + randori 60 min.)**
- * L'enseignant du club doit s'assurer de la motivation du pratiquant afin que celui-ci puisse tenir l'entraînement**
- * Les participants doivent arriver au plus tard 10 min. avant sur le tapis, prêt à commencer à 19h00 précise**
- * L'entraînement doit s'effectuer dans son intégralité (pas de retard accepté et pas de départ anticipé)**
- * Le responsable de l'entraînement se réserve le droit de faire quitter le tapis à un pratiquant si son investissement ne correspond pas aux objectifs recherchés (ponctualité, sérieux, échange avec d'autres, surpassement de soi, etc.)**