

**COUPON RÉPONSE À RENVoyer
AVANT LE 30 JUIN 2024**

**STAGE OUVERT AUX BENJAMINS, MINIMES,
CADETS, JUNIORS, SÉNIORS
& VÉTÉRANS**

Je soussigné(e) M. ET/OU MME
AUTORISE MON ENFANT
À PARTICIPER AU STAGE DE JUDO ET AUTORISE LES ORGANISATEURS À PRENDRE LES DÉCISIONS NÉCESSAIRES EN
CAS D'ACCIDENT OU ME PRÉVENIR AU NUMÉRO SUIVANT :

NOM PRENOM

ADRESSE

NUMÉRO DE TÉLÉPHONE DU STAGIAIRE (OBLIGATOIRE)

CODE POSTAL..... VILLE.....

CLUB.....

N° DE LICENCE.....

DATE DE NAISSANCESEXE (M/F)

ADRESSE MAIL :

**PARTICIPERA AU STAGE DE JUDO
DU SAMEDI 20 AU SAMEDI 27 JUILLET 2024**

- PENSION COMPLÈTE : ACOMPTE DE 250 € - SOLDE (200 €) À RÉGLER LE PREMIER JOUR DU STAGE
- DEMI-PENSION COMPLÈTE : ACOMPTE DE 150 € - SOLDE (100 €) À RÉGLER LE PREMIER JOUR DU STAGE
- EXTERNE : ACOMPTE DE 100 € - SOLDE (50 €) À RÉGLER LE PREMIER JOUR DU STAGE
- FORFAIT JOURNALIER POSSIBLE :
- DVD DU STAGE(FILM SUR TOUTE LA SEMAINE) + 25 EUROS
- PHOTO DE GROUPE DU STAGE + 12 EUROS
- NUMÉRO DE TÉLÉPHONE DU STAGIAIRE (OBLIGATOIRE)

CI-JOINT UN CHÈQUE ACOMPTE À L'ORDRE DE FRANCK LEFEBVRE

FRANCK LEFEBVRE
86 IMPASSE DES TAMBOURS
LA VIEILLE BERGERIE
83600 FREJUS
TEL : 06.73.24.31.51
FRANCK_LEFEBVRE@HOTMAIL.FR

SIGNATURE :



**STAGE INTERNATIONAL
DE BOXE**

À PARTIR DE BENJAMIN(E)S
ANGLAISE HAUTE PERFORMANCE
ASSOCIATION RAPHAËLOISE DES ARTS MARTIAUX
WWW.ARAM-JUDO.COM

**DU SAMEDI 20 AU SAMEDI
27 JUILLET 2024**



**PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE,
TACTIQUE ET PHYSIQUE
COMBATS DIRIGÉS**

**ORGANISÉ PAR
FRANCK LEFEBVRE**

DIRECTEUR DU STAGE
TEL : 06.73.24.31.51
frank_lefebvre@hotmail.com



IN MEMORIAM ALEXIS VASTINE

AVEC ALAIN VASTINE BOXEUR - ENTRAINEUR

INFORMATIONS TECHNIQUES
TEL : 06.89.59.36.18

- 106 COMBATS AMATEURS
- BOXEUR PROFESSIONNEL
- MEMBRES DE L'ÉQUIPE DE FRANCE
- ENTRAÎNEUR DE L'ÉQUIPE DE FRANCE MILITAIRE
- ENTRAINEUR DE LA FAMILLE VASTINE, SON FILS ALEXIS FUT MÉDAILLÉ OLYMPIQUE EN 2008, AVEC UNE DÉCISION INJUSTE EN DEMI FINALE, ET QUART DE FINALISTE AU JO DE 2012 AVEC UNE FOIS DE PLUS UNE DÉCISION INJUSTE

28 TITRES DE CHAMPIONS DE FRANCE



ACTIVITÉS DU STAGE

AU DOJO HENRI COURTINE À ST RAPHAËL

MATIN : BOXE 09H15 - 11H15 (DANS UNE SALLE DE 600 M2)
 APRÈS-MATIN : BOXE (TRAVAIL TECHNIQUE AVEC INTERVENTION DES MEMBRES DE L'ÉQUIPE DE FRANCE), PRÉPARATION PHYSIQUE, CIRCUIT TRAINING, FOOTING DANS L'ESTEREL, MUSCULATION (SALLE), SPORTS COLLECTIFS (FOOTBALL, BASKET-BALL, HANDBALL...)

ARRIVÉE & DÉPART DES STAGIAIRES AU VILLAGE VACANCES L'OASIS

LE SAMEDI 20 JUILLET : RDV À 14H
 DÉPART LE 27 JUILLET À 11H



FORMULES

PRIX EN PENSION COMPLÈTE : 450 €
 (BOXE + ACTIVITÉS PROPOSÉES + REPAS PETIT-DÉJEUNER / DÉJEUNER ET DÎNER)

PRIX EN DEMI-PENSION : 250 €
 (BOXE + ACTIVITÉS PROPOSÉES + DÉJEUNER)

PRIX POUR LES EXTERNES : 150 €
 (BOXE + ACTIVITÉS PROPOSÉES / PRÉVOIR DÉJEUNER)

PRÉVOIR IMPÉRATIVEMENT

- SAC DE COUCHAGE OU DUVET + SERVIETTE DE BAIN
- ÉQUIPEMENT PERSONNEL
- AFFAIRES DE SPORT ET DE PISCINE (SLIP DE BAIN OBLIGATOIRE)
- CRÈME SOLAIRE
- TROUSSE À PHARMACIE (BIAFINE, PANSEMENT, ÉLASTOPLASTE, COTON...)



DOJO HENRI COURTINE (NOUVEAU DOJO)
BOULEVARD DE L'ASPÉ
83700 SAINT-RAPHAËL



RENSEIGNEMENTS
FRANCK LEFEBVRE
 06.73.24.31.51

franck_lefebvre@hotmail.fr

www.esterejudo-saintraphael.com

Aram Judo Saint-Raphael

HÉBERGEMENT

NOUVEAU BUNGALOW DE LUXE, BUNGALOW NEUF...

RESTAURATION

BUNGALOWS DE 6 OU 7 PERSONNES - LES 1ERS INSCRITS POURRONT CHOISIR LEURS BUNGALOWS

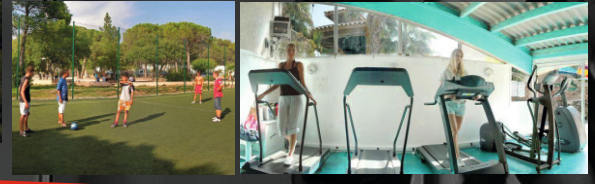
PETIT-DÉJEUNERS ET DÎNERS PRIS AU RESTAURANT DU CAMPING.
 DÉJEUNERS PRIS PROCHE DU DOJO HENRI COURTINE.

Parc Saint-James Oasis à Puget sur Argens (Var)

VILLAGE VACANCES ★★★★★



LE CAMPING OASIS VILLAGE SE SITUE AU CŒUR D'UN ESPACE NATUREL DE 42 HA DE PINS ET DE CHÊNES ENTRE LES MAURES ET L'ESTEREL, À 10 MINUTES DES PLAGES DE ST RAPHAËL ET FRÉJUS.
 PISCINES - PARC AQUATIQUE - SPA - ANIMATIONS - RESTAURANTS
 WWW.CAMPING-PARCSAINJTJAMES.COM



ACTIVITÉS ET SERVICES DU VILLAGE

BAR, SNACK, RESTAURANT, DISCOTHÈQUE, ÉPICERIE, COIFFEUR, BOUTIQUE SOUVENIRS, PRESSE, SALLE DE MUSCULATION, 4 PISCINES DONT 1 CHAUFFÉE (PISCINE À VAGUES, SPA ET JACUZZI, JARDIN AQUATIQUE), COURTS DE TENNIS, TERRAIN DE BEACH SOCCER, TERRAIN DE FOOT.



SOIRÉES ORGANISÉES : SPECTACLES, KARAOKÉ, DISCO TOUTS LES SOIRS.

POUR SE RENDRE AU VILLAGE :

POUR SE RENDRE AU VILLAGE :

PAR L'AUTOROUTE : A8 SORTIE N°37 PUGET SUR ARGENS. AU ROND-POINT, PRENDRE LA N7 (1ÈRE À DROITE), CONTINUER SUR LA N7 JUSQU'AU PROCHAIN ROND-POINT, TOURNER À DROITE ROUTE DE LA BOUVERIE.

PAR LE TRAIN : GARE DE ST RAPHAËL - VALESCURE (10 KM)

PAR AVION : AÉROPORT NICE CÔTE D'AZUR
 (POSSIBILITÉ DE VENIR CHERCHER LES STAGIAIRES À LA GARE OU À L'AÉROPORT)

