



Judo

2ème tournoi de la technopole de Sophia Antipolis

Mougins

Convivialité
festivité
combat autour
du judo

LE SAMEDI 21 NOVEMBRE 2009
AU GYMNASSE DU FONT DE L'ORME
50 allée pierre de coubertin

Chaque
participant aux
épreuves sera
récompensé

Planning de la journée

Le matin les adultes

	pesée	Début des épreuves	poids	Temps des combats
Juniors/ séniors (m et f) Ceinture noire et couleurs	9h00	9h30	-66-73-81-90+90	4'00
Cadets - cadettes 1994-1995	10h00	10h30	-66-73-81-90+90	3'30
Minimes (m et f) 1996-1997	11h00	11h30	-34-38-42-46-50-55-60- 66+66	3'00

L'après midi les enfants

	pesée	Début des épreuves	poids	Temps des combats
Benjamins (es) 1998-1999	12h45	13h45	-30-34-38-42-46-50-55- 60-66+66	2'30
Poussins (es) 2000-2001	14h	15h	morphologie	2'00
Pré-poussins(es) 2002-2003-2004-2005-2006	15h30	16h	Les petits samourais tiré de corde, sumo, combat au sol	

Renseignements :

De Menech Alain : 06 11 65 90 31
Cardinali Walter : 06 09 52 16 31
Camera Alain : 06 82 82 64 76
Manese Bruno : 06 09 10 40 56

email : alain_judo@hotmail.fr
wacardinali@hotmail.fr
alaincamera@free.fr

site internet : www.mouginsjudo.com
www.judo-valbonne.com

Politesse
Courage
Amitiés
Honneur

Venez nombreux

Une buvette
sera à votre
disposition

Contrôle de soi
Respect
Modestie
Sincérité