



DOSSIER D'INSCRIPTION SAISON 2021-2022

Vous avez la possibilité de venir **sur 2 cours d'essai**.

Puis, pour que l'inscription soit effective, **il faut rapporter l'ensemble des documents** suivants à l'enseignant responsable du groupe Dans une enveloppe, s'il-vous-plaît :

- **FICHE CONTACT** complétée
- **Pass Sanitaire** valide

- Le ou les **règlement(s)** par chèque à « Judo club St Mathieu » (les tarifs incluent licence et adhésion).



www.judostmathieu.fr

Avec **Fabien Lorenzo**, 3° dan,
Professeur diplômé d'état.

A partir de 14 ans.
Tous les **mercredis, 18h45-19h45**.

INFORMATIONS

06.41.48.05.20
recheingrid@hotmail.fr

Reprise des cours
**MERCREDI 15 septembre
2021.**

*Le Taïso se pratique en tenue de sport : pantalon (près du corps si possible), t-shirt. Pieds nus.
Prévoir sa bouteille d'eau.*

POUR S'INSCRIRE

- Dimanche 05/09 (Foire aux associations, le matin)
- Lundi 06/09 au dojo de 18h30 à 20h
- Jeudi 09/09 au dojo de 18h30 à 20h

Méthode de « **préparation du corps** » et d'**entretien physique** qui s'inspire en partie des postures et des gestuelles issues du judo/jujitsu. Le but est de (re)trouver et/ou de maintenir sa **forme physique** ! Le tout permettant de se **détendre**, dans une **ambiance conviviale**.

- Exercices progressifs, variés et originaux.
- Sollicitation cardio-respiratoire
- Endurance, adresse, souplesse, équilibre, gainage.
- Renforcement musculaire



Tarif: adhésion annuelle= **190 euros**

ADHESIONS SAISON 2021-2022

Le règlement des adhésions est à effectuer dès l'inscription. Possibilité de régler en une, deux ou trois fois, par chèque(s) à "Judo Club Saint Mathieu. Encaissement les 4 octobre, 4 novembre et 4 décembre.

La licence de la F.F.J.D.A de 40 € est obligatoire (comprise dans les tarifs ci-dessous). Le certificat médical obligatoire : « aptitude à la pratique du judo/jujitsu hors et en compétition » et/ou « pratique du Taïso ».			
ADHESIONS ANNUELLES	En une fois à l'inscription. Pour l'année Licence Comprise de 40€	En 2 fois, encaissés le 04/10 et le 04/11:	En 3 fois, encaissés le 04/10, le 04/11 et le 04/12
Baby Judo (Groupe 1)	190€	95 € x 2	100 € et 45 € x 2
Si un autre membre de la famille est déjà licencié Réduction 35%	145€	100 € et 45 €	/
Cours Judo (Groupe 2 à 5) 2 fois / semaine	250€	100 € et 150€	100 € et 75 € x 2
Cours Judo (Groupe 2 à 5) La 2ème même famille réduction 35%	190€	100 € et 90 €	90 € et 50 € x 2
Cours Judo (Groupe 2 à 5) La 3ème même famille Réduction 52%	140€	70 € x 2	/
Cours Judo (Groupe 2 à 5) La 4ème même famille	40€	/	/
Cours Taïso (Groupe 6)	190€	95 € x 2	100 € et 45 € x 2
Pour un judoka déjà licencié Réduction de 50%	80€	40 € x 2	/
Si un autre membre de la famille est déjà licencié Réduction de 35%	145€	100 € et 45 €	/

Textes applicables :

- Loi n°2021-1040 du 5 août 2021 relative à la gestion de la crise sanitaire, parue au JORF le **vendredi 6 août 2021**.
- Décret n°2021-1059 du 7 août 2021 modifiant le décret n° 2021-699 du 1er juin 2021 prescrivant les mesures générales nécessaires à la gestion de la sortie de crise sanitaire, paru au JORF le **dimanche 8 août 2021**.

Le « pass sanitaire » consiste en la présentation, numérique (via l'application TousAntiCovid) ou papier, d'une preuve sanitaire, parmi les trois suivantes :

1. La vaccination, à la condition que les personnes disposent d'un schéma vaccinal complet et du délai nécessaire après l'injection finale, soit :

- 7 jours après la 2e injection pour les vaccins à double injection (Pfizer, Moderna, AstraZeneca).
- 4 semaines après l'injection pour les vaccins avec une seule injection (Johnson & Johnson).
- 7 jours après l'injection pour les vaccins chez les personnes ayant eu un antécédent de Covid (1 seule injection).

2. La preuve d'un test négatif de moins de 72h.

Tous les tests RT-PCR et antigéniques génèrent une preuve dès la saisie du résultat par le professionnel de santé dans SI-DEP, qui peut être imprimée en direct et qui est également mise à disposition du patient via un mail et un SMS pour aller la récupérer sur le portail SI-DEP (<https://sidep.gouv.fr>). Sur TousAntiCovid, l'importation de la preuve dans l'application est à la main du patient.

Le délai en vigueur pour la validité des tests (72h) est strict au moment de l'entrée dans le dojo (pas de flexibilité à 2 ou 3 jours).

3. Le résultat d'un test RT-PCR positif attestant du rétablissement de la Covid-19, datant d'au moins 11 jours et de moins de 6 mois.

Les tests positifs RT-PCR de plus de 11 jours et moins de 6 mois (pris en compte à date) permettent d'indiquer un risque limité de réinfection à la Covid-19.

Consignes sanitaires pour les pratiquants avant de se rendre au dojo

Retrouver toutes ces consignes sur <https://www.judostmathieu.fr/>



- **J'ai un bon état de santé général**

Si j'ai eu le COVID-19, ou des symptômes faisant suspecter une infection COVID-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées,...), je dois d'abord consulter un médecin avant ma reprise

- **Être propre**

S'être douché, lavé les cheveux, avoir les mains propres et les ongles correctement coupés

- **Porter un judogi propre**

Le laver une fois par semaine minimum et systématiquement en cas de souillure (sang, tâches etc...), le mettre avant d'arriver au dojo et le recouvrir avec un survêtement

- **Prendre dans un sac:**

Des mouchoirs jetables non utilisés - Une lotion hydro-alcoolique - Les « zoori » - La gourde
Une fiche comprenant les coordonnées de l'accompagnant pouvant être joint en cas de problème.