

# COUPON RÉPONSE À RENVoyer AVANT LE 30 JUIN 2022

(70 places disponibles en pension complète)

## STAGE OUVERT AUX BENJAMINS, MINIMES, CADETS, JUNIORS & VÉTÉRANTS

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 NAISSANCE .....SEXE (M/F) .....

ADRESSE MAIL : .....

### PARTICIPERA AU STAGE DE JUDO DU SAMEDI 23 AU SAMEDI 30 JUILLET 2022

- PENSION COMPLÈTE : ACOMPTE DE 215 € - SOLDE (200 €) À RÉGLER LE PREMIER JOUR DU STAGE
- DEMI-PENSION : ACOMPTE DE 115 € - SOLDE (100 €) À RÉGLER LE PREMIER JOUR DU STAGE
- EXTERNE : ACOMPTE DE 65 € - 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

ANGLAISE HAUTE PERFORMANCE  
ASSOCIATION RAPHAËLOISE DES ARTS MARTIAUX  
WWW.ARAM-JUDO.COM

## DU SAMEDI 23 AU SAMEDI 30 JUILLET 2022

### 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
- ENTRAÎNEUR 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

RENSEIGNEMENTS

FRANCK LEFEBVRE



06.73.24.31.51

frank\_lefebvre@hotmail.fr



# 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 23 JUILLET : RDV À 14H  
 DÉPART LE 30 JUILLET À 11H



# FORMULES

PRIX EN PENSION COMPLÈTE : 415 €  
 (BOXE + ACTIVITÉS PROPOSÉES + REPAS PETIT-DÉJEUNER / DÉJEUNER ET DÎNER)

PRIX EN DEMI-PENSION : 215 €  
 (BOXE + ACTIVITÉS PROPOSÉES + DÉJEUNER)

PRIX POUR LES EXTERNES : 115 €  
 (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 BOUVÉRIE.

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)

