



JUDO & JU-JITSU Dudelange

Secrétariat : Monique Muller 13, rue J.B. Esch, L-1473 Luxembourg,
Tél. : +352 661 441 321

No Passeport Sportif : _____

Noms : _____ Prénoms : _____

Matricule CNS : _____

Né(e) le : ____ / ____ / ____ à : _____ Nationalité : _____

Téléphone/GSM : _____ Email : _____

Adresse : no : _____ rue _____

Code postal : _____ Ville : _____ Pays : _____

Veillez cocher la case correcte de la section choisie :

<input type="checkbox"/> Judo	<input type="checkbox"/> Ju-jitsu	<input type="checkbox"/> Taiji/Qi Gong	<input type="checkbox"/> Fitness	<input type="checkbox"/> Yoga
-------------------------------	-----------------------------------	--	----------------------------------	-------------------------------

Le nouveau membre du JUDO & JU-JITSU Dudelange (JJJD) sollicite par la présente une licence sportive de la Fédération Luxembourgeoise des Arts Martiaux (F.L.A.M.) pour pratiquer le Judo et/ou le Ju-Jitsu et/ou autres disciplines associées offertes. Je prends connaissance que la F.L.A.M./JJJD n'assume aucune responsabilité en cas d'un accident éventuel. Aucun droit de restitution partielle ou entière des cotisations payées existe envers un membre tenant une licence sportive en cas d'arrêt / réduction de l'activité sportive ou sanction disciplinaire décidée par le comité directeur du club. Je suis informé qu'un règlement FLAM de transfert de club existe (www.flam.lu). Un non paiement des cotisations prévues peut, sur décision du comité directeur JJJD, entraîner une exclusion des activités sportives.

Je prends connaissance que mes données seront traitées confidentiellement par la F.L.A.M. et le JJJD uniquement dans le cadre de la gestion administrative du club. Les données des licenciés peuvent être transmises à l'organisateur d'un tournoi et au contrôle médico-sportif ;

J'autorise le JJJD à prendre des photos/films dans le cadre des activités du club et et à les utiliser librement, notamment lors pour la publication des résultats sportifs du club sur les différentes plateforme d'informations et de communication.

J'ai pris connaissance que mon enfant (dès l'âge de 7 ans) doit avoir au médico sportif valable !

J'autorise l'ajout de mon numéro de téléphone _____ aux groupes Whatsapp du Club

Lieu : _____ Date : ____ / ____ / ____

Signature du sportif ou du tuteur / parent pour le mineur : _____

INFORMATION : Merci de prendre le plus vite que possible rendez-vous pour le contrôle médico-sportif à Dudelange
tél : +352 691 894 230 après 10 heures ou www.sport.public.lu/fr/medico-sportif/centres-examen dès l'âge de 7 ans.

Compte bancaire : BGL IBAN LU28 0030 0850 7641 0000

<http://www.judojjdudelange.lu> <https://www.facebook.com/judojujitsududelange/> données indicatif sans garantie
saison 22/23



JUDO & JU-JITSU Dudelange

Secrétariat : Monique Muller, 13, rue J.B. Esch, L-1473 Luxembourg, Tél. : +352 661 441 321

- JUDO

- première inscription (septembre)

- pour U7-U13 = passeport sportif 10 € + coti. FLAM 40 € + coti. Club 70 € = 120 €
- pour U15-senior = passeport sportif 10 € + coti. FLAM 40 € + coti. Club 80 € = 130 €

- déjà membre ou propriétaire d'un passeport sportif FLAM et vignette annuelle (septembre)

- pour Judo U7-U13 = coti. Club 70 €
- pour Judo U15-Senior = coti. Club 80 €

- première inscription début d'année (janvier)

- pour U7-U13 = passeport sportif 10 € + coti. FLAM 40 € + coti. Club 70 € = 120 €
- pour U15-senior = passeport sportif 10 € + coti. FLAM 40 € + coti. Club 80 € = 130 €

- début d'année (janvier)

- pour U7-U13 = coti. FLAM 40 € + coti. Club 70 € = 110 €
- pour U15-senior = coti. FLAM 40 € + coti. Club 80 € = 120 €

- JU-JITSU

- première inscription (septembre)

- pour ü 15-senior = passeport sportif 10 € + coti. FLAM 20 € + coti. Club 90 € = 120 €

- déjà membre ou propriétaire d'un passeport sportif FLAM et vignette annuelle (septembre)

- pour ü 15-senior = coti. Club 90 €

- première inscription début d'année (janvier)

- pour ü 15-senior = passeport sportif 10 € + coti. FLAM 20 € + coti. Club 90 € = 120 €

- début d'année (janvier)

- pour ü 15-senior = coti. FLAM 20 € + coti. Club 90 € = 110 €

- FITNESS Dames

- première inscription (septembre)

- pour senior = passeport sportif 10 € + coti. FLAM 40 € + coti. Club 20 € = 70 €

- déjà membre ou propriétaire d'un passeport sportif FLAM et vignette annuelle (septembre)

- pour senior = coti. Club 20 €

- première inscription début d'année (janvier)

- pour senior = passeport sportif 10 € + coti. FLAM 40 € + coti. Club 20 € = 70 €

- début d'année (janvier)

- pour senior = coti. FLAM 40 € + coti. Club 20 € = 60 €

- YOGA / Tai Chi Qi Gong - pour le club

- première inscription (septembre)

- pour enfants et adultes = passeport sportif 10 € + coti. FLAM 40 € = 50 €

- déjà membre ou propriétaire d'un passeport sportif FLAM et vignette annuelle (septembre)

- pour enfant et adultes

- première inscription début d'année (janvier)

- pour enfants et adultes = passeport sportif 10 € + coti. FLAM 40 € = 50 €

- début d'année (janvier)

- pour enfants et adultes = coti. FLAM 40 €

+ contributions pour le teneur du cours

Yesudian Yoga carte de 10 séances = 150 € (à acheter pendant le cours)

Yoga enfants carte de 10 séances = 100 € (à acheter pendant le cours)

Yoga du mercredi voir avec l'entraîneur avant le cours

Taiji & Qi Gong voir avec l'entraîneur avant le cours

Dépendant de la discipline un ou deux entraînements d'essais sont possibles.

Sauf les contributions (Yoga et Taiji Qi gong) la somme est à virer sur le compte bancaire du club.

Compte bancaire : BGL IBAN LU28 0030 0850 7641 0000

<http://www.judojjudelange.lu/> <https://www.facebook.com/judojujitsududelange/> données indicatif sans garantie
saison 22/23



JUDO & JU-JITSU Dudelange

Secrétariat : Monique Muller, 13, rue J.B. Esch, L-1473 Luxembourg, Tél. : +352 661 441 321

Le code moral du JUDO

La base du judo repose sur le respect du code moral du judo :

- **La politesse**, c'est le respect d'autrui
- **Le courage**, c'est faire ce qui est juste
- **La sincérité**, c'est s'exprimer sans déguiser sa pensée
- **L'honneur**, c'est être fidèle à la parole donnée
- **La modestie**, c'est parler de soi-même sans orgueil
- **Le respect**, sans respect aucune confiance ne peut naître
- **Le contrôle de soi**, c'est savoir se taire lorsque monte la colère
- **L'amitié**, c'est le plus pur des sentiments humains.

sur un TATAMI et dans un DOJO, je dois :

- **Saluer** en entrant sur le **tatami** (signe de respect envers Jigoro Kano, créateur du judo)
- **Saluer** mon **professeur** en début et en fin de cours.
- **Saluer** mes **partenaires** d'entraînement pour les inviter, avant et après chaque exercice.
- **Nouer ma ceinture** et remettre mon judogi si l'un ou l'autre est défait (si je suis petit je peux demander à mon professeur).
- **Écouter le professeur.**
- Respecter le code moral du judo.
- Rester **discret.**
- **Respecter les personnes** (partenaires, professeur, arbitre)
- **Aider les autres.**
- **Respecter les lieux.**
- **Être ponctuel.**
- Adopter une **attitude exemplaire** auprès des autres.

Compte bancaire : BGL IBAN LU28 0030 0850 7641 0000

<http://www.judojududelage.lu/> <https://www.facebook.com/judojujitsududelage/> données indicatif sans garantie
saison 22/23



L'hygiène du judoka

- M'habiller et me changer dans les vestiaires.
- Mes ongles de doigts et de pieds sont propres et coupés courts afin de ne pas blesser mes adversaires.
- Je suis propre, ainsi que mon judogi, pour le bien de tous.
- Je ne porte pas de montres, boucles d'oreilles, piercing, colliers, bracelets,
- En dehors du tatami, je circule avec des chaussons, tongs, claquettes...
- Je prends une douche après mon entraînement ou la compétition.
- J'attache mes cheveux s'ils sont longs.
- Je peux préparer une petite bouteille d'eau (avec son nom pour les plus petits) sur le bord du tatami.
- Je ne bois que si mon professeur m'y a autorisé, et en dehors du tatami.
- Mes bouteilles vides sont jetées à la poubelle et non laissées à l'abandon sur le bord du tapis.

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Judo>

https://fr.wikipedia.org/wiki/Jigorô_Kanô

Compte bancaire : BGL IBAN LU28 0030 0850 7641 0000

<http://www.judojjudelange.lu> <https://www.facebook.com/judojujitsududelange/> données indicatif sans garantie
saison 22/23