

CAMP D'ÉTÉ SOUS TENTE · DEPUIS 1981

UNE SEMAINE DE JUDO, DE LAC ET DE NOUVEAUX AMIS



QUAND
1-7 août 2027

OÙ
Tenero, Tessin

ÂGE
10 – 17 ans

PRIX
**CHF 330 tout
compris**

Chaque été, nous partons avec des judokas à Tenero, au bord du Lac Majeur : judo deux fois par jour, et entre-temps escalade, BMX, skimboard et baignade dans le lac. Ces quatre pages contiennent tout ce que vous devez savoir en tant que parents.

LES INFORMATIONS CLÉS

Date	1er – 7 août 2027. La date est provisoire – dès réception de la confirmation, nous communiquons la date définitive.
Lieu	Centre national de sport pour la jeunesse de Tenero (CST), Tessin. Nous dormons sous des tentes fixes sur le site – pas dans une maison de camp.
Pour qui	Judokas de 10 à 17 ans qui s'entraînent régulièrement en club. Aucune expérience de compétition n'est nécessaire, les participants de l'étranger sont les bienvenus.
Prix	CHF 330 par enfant, CHF 300 dès le deuxième enfant de la même famille – tout compris.
Encadrement	Plus de 20 monitrices et moniteurs, environ une personne adulte pour quatre enfants. Les langues du camp sont l'allemand et le français.

TROIS ORIENTATIONS

Le matin, votre enfant choisit entre judo-technique et judo-compétition. L'après-midi s'ajoute le polysportif comme troisième possibilité – ou il continue le judo. Le matin et l'après-midi peuvent être choisis différemment.



JUDO-COMPÉTITION

MATIN + APRÈS-MIDI

Kumikata, contre-attaques, ne-waza, beaucoup de randori et condition physique.



JUDO-TECHNIQUE

MATIN + APRÈS-MIDI

Nouvelles projections, kata, affiner le travail debout et au sol.



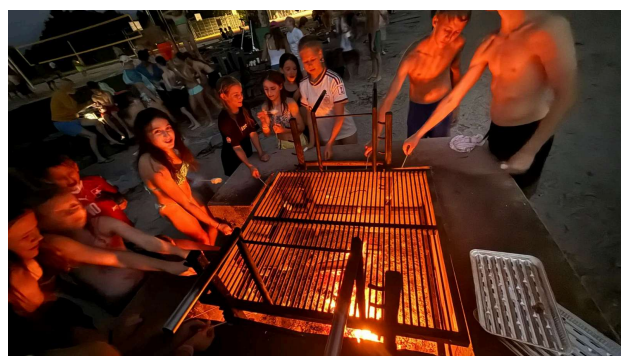
POLYSPORTIF

APRÈS-MIDI UNIQUEMENT

Skimboard, escalade, BMX, bike-polo, kin-ball, beach-volley, football.

UNE JOURNÉE AU CAMP

07.00	Réveil – se lever et s'habiller
07.15	Sport du matin – mise en train légère
08.00	Petit-déjeuner – chaque matin avec un « special »
09.30	Judo I – technique ou compétition
12.30	Dîner , puis temps libre
14.30	Judo II ou polysportif – atelier ou programme sportif
16.30	Baignade au lac – recharger les batteries
18.15	Souper – parfois grillades au bord du lac
19.45	Programme du soir – jeux, tournoi, échecs ou sport
21.15	Dessert
22.30	Extinction des feux – récupérer de la journée



ARRIVÉE ET CLÔTURE

Le dimanche, le groupe voyage accompagné depuis Bâle ou Bienne – arrivée, premier entraînement, rencontre avec l'équipe et les autres participants. Le samedi : rangement, adieux et retour accompagné.

MERCREDI ET VENDREDI

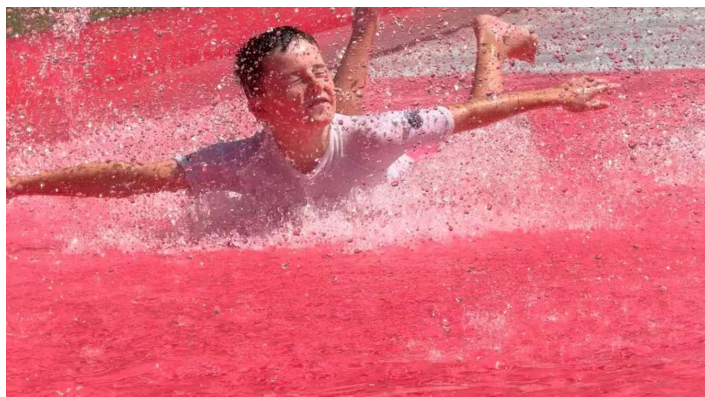
Le mercredi est jour de repos du judo : excursion ou randonnée au Tessin, grillades au bord du lac le soir. Le vendredi, fête de clôture – terminer la semaine ensemble.

CHF 330 POUR TOUTE LA SEMAINE

Aucun supplément, aucun coût caché. C'est possible parce que toute l'équipe travaille bénévolement et prend des vacances pour cette semaine.

- ✓ Voyage en train accompagné depuis Bâle ou Bienne, aller-retour
- ✓ Six nuits sous tente sur le site de Tenero
- ✓ Pension complète de notre propre cuisine de camp
- ✓ Entraînement de judo deux fois par jour
- ✓ Matériel pour toutes les offres polysportives
- ✓ Toutes les excursions et autres activités
- ✓ Encadrement par l'équipe, jour et nuit
- ✓ Programme du soir et fête de clôture

L'argent de poche n'est pas nécessaire – un petit montant pour une glace le jour de repos suffit. Si le montant représente un obstacle pour votre famille : contactez-nous, nous trouverons discrètement une solution.



LISTE DE BAGAGES

Merci de tout étiqueter – au camp, beaucoup de judogi se ressemblent.

- ☐ Judogi (idéalement deux) et ceinture
- ☐ Passeport judo, si disponible
- ☐ Sac de couchage et matelas
- ☐ Lampe de poche ou frontale
- ☐ Maillot de bain et linge de bain
- ☐ Baskets pour l'extérieur, chaussures de salle
- ☐ Habits de sport pour une semaine
- ☐ Veste de pluie et un pull chaud
- ☐ Crème solaire, casquette, lunettes de soleil
- ☐ Brosse à dents, affaires de douche, linges
- ☐ Gourde
- ☐ Sandales pour la douche et le camping
- ☐ Médicaments personnels
- ☐ Un peu de monnaie pour une glace

ENCADREMENT, VOYAGE, RÈGLES

ENCADREMENT

Une équipe fixe d'entraîneuses et d'entraîneurs de judo expérimentés dort sur le site et reste joignable jour et nuit – environ une personne adulte pour quatre enfants.

LES PORTABLES PRENNENT DES VACANCES

Pas de portable pendant l'entraînement, le programme et la nuit. S'il y a une raison, la direction vous contacte. Les enfants s'ennuient moins de leur portable que vous de vos enfants.

SANTÉ

Allergies, régimes particuliers et médicaments sont à indiquer sur la fiche médicale de l'inscription. La cuisine et l'équipe sont informées ; une personne de référence gère les médicaments.

VOYAGE

Le groupe voyage accompagné en train depuis Bâle ou Bienne jusqu'à Tenero et retour. Lieu de rendez-vous et horaires arrivent avec la convocation ; vous pouvez aussi amener votre enfant vous-même.

JOIGNABILITÉ

Un numéro d'urgence est occupé toute la semaine ; vous le recevez avec la convocation. Chaque jour, photos et court résumé sur Instagram (@judolager).

ASSURANCE

L'assurance est l'affaire des participants. Merci de vérifier l'assurance maladie et accidents avant l'inscription.



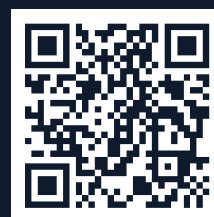
COMMENT VOUS INSCRIRE SUR LA LISTE D'INTÉRÊT

L'inscription ouvre en janvier 2027. Inscrivez-vous avant, sans engagement, sur judocamp.net – prénom et âge de l'enfant, e-mail des parents, club. Vous confirmez une fois le courriel et recevez le lien d'inscription 10 jours avant tout le monde. Aucun paiement, aucune obligation, trois courriels par an au maximum. Le code QR en page 4 y mène directement.

UNE QUESTION RESTE OUVERTE ?

WHATSAPP: JUDOLAGER

Matthias, responsable du Judocamp, répond généralement le jour même. Toutes les infos, toutes les photos, la liste d'intérêt et l'inscription dès janvier 2027 : judocamp.net



SCAN POUR TOUTES LES INFOS

Modifications du programme réservées, les horaires sont indicatifs. Ce qui est décrit correspond au déroulement des camps passés ; l'équipe du Judolager se réserve le droit d'introduire de nouveaux éléments de programme – en judo comme en polysportif et dans le programme du soir. Nous nous réservons également une adaptation du prix si nos coûts évoluent.