

INFO IMPORTANTE

Pour des raisons d'hygiène, de respect et de sécurité, venir au dojo avec :

- un judogi propre,
- pieds et mains propres,
- les ongles coupés courts,
- pas de bijoux,
- cheveux longs attachés avec un élastique (pas de barrette, ni pince),

Ne pas marcher pieds nus en dehors des tapis ; penser à utiliser des tongs, (ou équivalents) réservées à cet effet.

Penser également à prendre une petite bouteille d'eau (plastique).

Penser également à prendre une petite bouteille d'eau (plastique).