



Luc sur Mer

□ Dojo, Gymnase Jean Chabriac Luc sur Mer, 14530

Tarifs 2023/2024

Baby judo : 135 €

Tout âge : 165 € Accès à tous les cours pour **une** adhésion.

(L'inscription comprend la licence FFJDA)

Horaires : Judo

Mardi

18 h – 19 h «enfants nés en» 2014 – 2016
19 h – 20 h 30 Ados / Adultes:
Accès compétition, loisirs, grades

Mercredi

14 h – 15 h «enfants nés en» 2017 - 2018
15 h – 16 h « » 2014 à 2016
16 h – 16 h 45 Baby Judo : « » 2019
16 h 45 – 18 h « » 2008 - 2013

Vendredi

18 h – 19 h « Enfants nés en » 2008 - 2013
19 h – 20 h 45 Ados Adultes :
Accès compétition, loisirs, grades

Horaires : Taïso, Gymnastique Japonaise

Mardi

20 h 30 - 22 h 00

Horaires : Jiu-Jitsu / Self défense

Vendredi

20 h 45 à 22 h 15

Pour tout public : Passage de grade, loisirs, santé, approche sport de combat...

Préparation aux examens

Mercredi

18 h 00 – 19 h 00

Samedi

11h00

Préparation Physique

Samedi (sur calendrier)

10 h à 11 h

Cours d'essai gratuit. Les débutants n'ont pas besoin de se munir tout de suite d'un kimono (prêt de kimono possible).

Contacts :

Adresse mail : judolucsurmer@gmail.com

Facebook : Judo Luc sur mer – Tatami Lutin

Site internet : <https://judoclublucsurmer.sportsregions.fr>

□ Professeur: Olivier Vincent 06 01 35 06 50

□ Président: David Chanteau 06 15 04 38 51