

JUDO CLUB

DE SAINT DOMINEUC

RENSEIGNEMENTS

@: jc35sd@gmail.com ☎ : 07 82 96 99 89

SITE : <http://jcsd.fr/>



Reprise des cours : mercredi 11 septembre

HORAIRES DES COURS SAISON 2019-2020

INSCRIPTIONS

Forum des associations
de Saint Domineuc
vendredi 06 septembre

•••••

*SALLE POLYVALENTE
(sentier du halage)
SAINT DOMINEUC*

Samedi 07 septembre : 10h – 12h30

•••••

*En septembre,
aux horaires de cours*

Mercredi

Baby judo 3/6 ans (TPS-CP) – 15h45 – 16h45

7/10 ans (CE1-CM1) – 17h – 18h

11 ans et + (CM2 et +) – 18h15 – 19h15

Taïso (Adultes et + 16 ans) – 19h30 – 20h30

Taïso : renforcement musculaire, cardio-training, étirements,
gainage, relaxation, **self-défense**

Vendredi

Baby judo 3/6 ans (TPS-CP) – 17h – 18h

7/10 ans (CE1-CM1) – 18h15 – 19h15

11 ans et + (CM2 et +) – 19h30 – 20h30

Taïso (adultes et + 16 ans) – 20h45 – 21h45

TARIFS

ENFANTS-ADOS

(jusqu'à 18 ans) : 140 €

(fratries : 140 € pour la première
adhésion, puis -5 € par enfant
supplémentaire)

ADULTES – TAÏSO : 145 €

(dont 39 € de licence fédérale)

**Nouvelle enseignante :
Véronique SENDRA**

Les classes sont données à titre indicatif

Imprimé par nos soins