

Retrouvez-nous sur nos réseaux sociaux en scannant ce QR-CODE



Centre Gilbert Noel
6 bis, Avenue Pierre Semard
94210, Saint-Maur

Tel : 01 48 86 62 09

Secrétariat : Mercredi - Samedi
13:00 - 18:00

Site Web : Scanner le QR CODE

JUDO LOISIR

POUR UNE REMISE EN FORME EFFICACE ET LUDIQUE !

L'adhésion à la discipline comprends plusieurs options à déterminer lors de l'inscription comme le R.M* (renforcement musculaire). **À partir de 14 ans.**

Judo-Loisir :

- Samedi (9h30 - 11h00)

Judo-Loisir + R.M :

- Vendredi (R.M)
- Samedi (9h30 à 11h00)

Judo-Adultes :

- Lundi (19h30 - 21h30)
- Mercredi (20h00 - 21h30)
- Vendredi (R.M)

À PARTIR DE

220 € / AN

*R.M : le vendredi de 19h30 à 21h30

JUJITSU

POUR UNE MAÎTRISE DE VOTRE CORPS ET VOTRE ESPRIT !

L'adhésion à la discipline comprends plusieurs options à déterminer lors de l'inscription comme :

- Jujitsu
- Jujitsu + Judo loisirs
- Jujitsu + Judo Adultes
- Jujitsu + Judo loisirs + Judo Adultes

À partir de 16 ans.

Mardi : 20h00 - 21h30

Judi : 20h30 - 22h00

À PARTIR DE

330 € / AN

*Option du créneau horaire à valider lors de l'inscription

JUDO

POUR TOUS LES ÂGES ET TOUS LES NIVEAUX !

Enfants (5-9 ans)

L'adhésion à la discipline comprend 2 cours de 1h par semaine, le mercredi et le Samedi.

Benjamins (10-11 ans)

L'adhésion à la discipline comprend 2 cours de 1h15 par semaine, le mardi et le vendredi.

Minimes (12-13 ans)

L'adhésion à la discipline comprends 2 cours de 1h30 par semaine, le lundi et mercredi.

PLUS D'INFORMATION SUR NOTRE SITE WEB

BABY JUDO

POUR LES TOUS PETITS !

Apprentissage en toute sécurité et dans la bonne humeur, grâce à nos encadrants diplômés et passionnés !

Entre 4 et 5 ans, l'adhésion à la discipline comprend 1 cours de 45m par semaine, le mercredi ou le samedi.

190 € / AN

*Option du créneau horaire à valider lors de l'inscription

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

POUR DÉVELOPPER FORCE, CARDIO ET AGILITÉ !

Dès 14 ans, tous les vendredi de 19h30 à 21h30

220 € / AN

*Option du créneau horaire à valider lors de l'inscription

