



Judo Jujitsu (défense personnelle) :

- dès 3,5 ans pour le judo, dès 15 ans pour le jujitsu
- découverte et perfectionnement
- loisir et compétition
- préparation aux passages de grade

Entraînements

Eveil (4-5 ans) : jeudi 17h à 17h45

Pré-poussins (6/7 ans) : mercredi 15h45 à 16h45 et vendredi 17h30 à 18h30

Poussins (8/9 ans) : mercredi 16h45 à 17h45 et vendredi 17h30 à 18h30

Benjamins (+10 ans) : mercredi 17h45 à 19h et vendredi 18h30 à 19h30

Adultes (à partir de minimales) : mercredi 19h à 20h30 et vendredi 19h30 à 20h30

Jujitsu : mardi et jeudi 19h à 20h30

Kata : jeudi 17h45 à 19h

Taiso : mercredi de 19h à 20h

Préparation physique : lundi 18h45 à 20h

Encadrés par

Jonathan Lejeune, 3^eDAN, brevet d'Etat 1^{er} degré.

Alexandre RIMBAULT 2^eme DAN

Tarifs

Licence fédérale obligatoire : 40€ + cotisations -
de 5ans 20 euros de licence fédérale

Judo 3,5 à 6 ans : 145 €

Judo - 14 ans : 175 €

Judo + 14 ans : 195 €

Jujitsu : 150 €

Taiso : 100 euros

Ceintures noires : 165 €

Préparation physique seule : 120 € (offerte pour les adhérents du club)

Inscription via internet

Mode de règlement : chèques,
espèces, CB (uniquement via internet),
chèques vacances.

Possibilité de régler en plusieurs fois.

Opération famille: 15€ réduction

Contact

02 35 75 29 85

contact@almjudo.fr

www.almjudo.fr

Facebook :ALM JUDO Maromme



Judo Jujitsu (défense personnelle) :

- dès 3,5 ans pour le judo, dès 15 ans pour le jujitsu
- découverte et perfectionnement
- loisir et compétition
- préparation aux passages de grade

Entraînements

Eveil (4/5 ans) : jeudi 17h à 17h45

Pré-poussins (6/7 ans) : mercredi 15h45 à 16h45 et vendredi 17h30 à 18h30

Poussins (8/9 ans) : mercredi 16h45 à 17h45 et vendredi 17h30 à 18h30

Benjamins (+10 ans) : mercredi 17h45 à 19h et vendredi 18h30 à 19h30

Adultes (à partir de Minimales) : mercredi 19h à 20h30 et vendredi 19h30 à 20h30

Jujitsu : mardi et jeudi 19h à 20h30

Kata : jeudi 17h45 à 19h

Taiso : mercredi de 19h à 20h

Préparation physique : lundi 18h45 à 20h

Encadrés par

Jonathan Lejeune, 3^eDAN, brevet d'Etat 1^{er} degré.

Alexandre RIMBAULT 2^eme DAN

Tarifs

Licence fédérale obligatoire : 40€ + cotisations -
de 5ans 20 euros de licence fédérale

Judo 3,5 à 6 ans : 145 €

Judo - 14 ans : 175 €

Judo + 14 ans : 195 €

Jujitsu : 150 €

Taiso : 100 euros

Ceintures noires : 165 €

Préparation physique seule : 120 € (offerte pour les adhérents du club)

Inscription via internet

Mode de règlement : chèques,
espèces, CB (via internet), chèques
vacances.

Possibilité de régler en plusieurs fois.

Opération famille: 15€ réduction.

Contact

02 35 75 29 85

contact@almjudo.fr

www.almjudo.fr

Facebook :ALM JUDO Maromme