

LE JUDO

Sport d'équilibre, sport éducatif, sport de défense, le Judo est adapté à toutes les tranches d'âge.

Véritable sport éducatif, le Judo permet à chacun de devenir plus adroit, plus souple, plus fort mais aussi d'apprendre à respecter des règles, découvrir l'entraide, évaluer ses forces et ses faiblesses pour progresser.

« L'UNESCO A DÉCLARÉ LE JUDO COMME MEILLEUR SPORT INITIAL POUR FORMER DES ENFANTS ET DES JEUNES DE 4 À 21 ANS »

ADRESSE

Ensemble polyvalent de Génissieux
20 Rue Simon Chopin 26750

CONTACTEZ-NOUS

Entraîneurs :

MAYOT Lilian : 06 13 46 25 12

lmayot10@gmail.com

LABOURI Florian : 06 08 76 81 65

florian.labouri@orange.fr

Président :

MAYOT François : 06 74 09 95 12

Responsable sportif :

LEGER Stéphane : 06 20 86 90 79

 Génissieux Judo

 Génissieux_Judo

 genissieuxjudo.fr

Inscriptions le **jeudi 07 septembre** à l'ensemble polyvalent de **16h30 à 18h30**

Deux cours d'essai gratuits

Reprise le lundi 11/09



**VENEZ
ESSAYER
LE JUDO !**



PLANNING SAISON 2023-2024



	LUNDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
BABY JUDO 2018/2019		09h00-10h00	<u>OU</u>	17h00-18h00
POUSSINETS 2016/2017		10h00-11h00	<u>OU</u>	18h00-19h00
POUSSINS 2014/2015	17h15-18h15	11h00-12h15		
BENJAMINS 2012/2013	18h15-19h30			19h00-20h00
MINIMES ET + 2011 ET +	18h15-19h30			19h00-20h00
TAÏSO	19h45-21h00		20h00-21h15	

LE TAÏSO (PRÉPARATION DU CORPS EN JAPONAIS) EST UNE ALTERNATIVE LUDIQUE AUX NOMBREUX SPORTS DE REMISE EN FORME. A PARTIR DE 16 ANS. SANS CHUTES NI TRAUMATISMES, BONNE HUMEUR GARANTIE.

Cotisation : 185€ dont 55€ de licence.

Tarif dégressif si plusieurs membres de la famille inscrits.

