

Le Judo Club fait sa rentrée !



Le Judo Club fait sa rentrée !

Le judo Club de Vic-Fezensac fait sa rentrée et attend ses judokates et ses judokas avec impatience pour cette nouvelle saison !

Les inscriptions sont ouvertes le 8,11 et 15 Septembre de 17 heures à 19 heures.

Horaires des cours judo :

6/9 ans le vendredi de 17h à 18 h ,

10/13 ans le lundi de 18 heures 30 à 19h30 le vendredi de 18h à 19h ,

Ado et adultes le lundi de 19h30 à 20h30 le vendredi de 19h à 20h15.

Horaires des cours de ju-jitsu-self défense hommes et femmes :

le vendredi de 20h15 à 21h15

Les cours débuteront le 15 septembre pour les catégories suivantes : 6/9 ans, 10/13 ans , ado/adultes.

Les cours sont dispensés à partir de 4 ans en éveil judo.

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



Véritable sport éducatif, il permet à chacun de devenir plus adroit, l'éveil judo permet aux plus jeunes de développer leur motricité , d'apprendre le respect des règles , l'entraide sous forme ludique.

Le Judo est une activité de détente et de plaisir, c'est une discipline basée sur l'échange et la progression.

L'apprentissage se fait de manière progressive en fonction des aptitudes de l'individu, ce qui permet à chacun d'évoluer à son rythme.

Contact : judocludvicfezensac@hotmail.fr

