



SPORTING JUDO ST ANDRE DE CORCY

SAISON 2023 – 2024



Pour tout âge du débutant au compétiteur (à partir de 3ans, 2020)

EVEIL Judo / JUDO / JUJITSU / Renforcement Musculaire, Cardio TAÏSO
(Entretien du corps)

Professeurs Diplômés d'état,
spécialistes Judo, ayant
pratiqué à haut niveau

L'inscription permet la participation à
tous les cours de la même tranche d'âge

➤ Frédéric Colas, BEES 2^{ème} degré,

diplômé de L' I.N.S.E.P (Institut
National du Sport, de l'Expertise
et de la Performance)

Champion de France,
Ancien International Français
membre de l'équipe de France,
Cadets, Juniors, Séniors

➤ Marie-Alexandra Althey, BPJEPS

Championne de France,
5^{ème} au Championnat d'Europe

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Horaires ajustables en fonction des inscrits		Eveil judo (2020-2018) 17h15 à 18h00			Eveil judo (2020- 2018) 17h15 à 18h00
Judo Adultes 19h00 à 20h30 Préparation kata avant passage de grade		Judo (2017 à 2012) 18h à 19h30		Judo (2017 à 2011) 18h00 à 19h30	Judo (2017 à 2012) 18h00 à 19h30
		Judo Minimes à Adultes (2011 et +) 19h30 à 21h	Taïso 19h30 à 21h00	Jujitsu Ados /Adultes 19h30 à 21h00	Judo / Jujitsu Minimes à Adultes (2011et +) 19h30 à 21h00

Renseignements : Dojo, 795 rue de l'industrie 01390 St André de Corcy **Site** <http://www.sportingjudo.fr>

Adresse Mail: sportingjudo01@gmail.com Prof 06 38 51 53 62 **Informations** 06 27 47 31 05 / 06 64 38 87 96