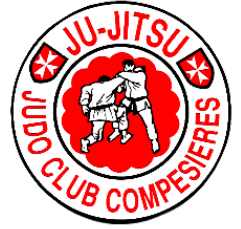


JU-JITSU JUDO CLUB COMPESESIERES



Les arts martiaux vous tentent ?

JUDO (*dès 4 ans*)

JU-JITSU JUNIORS (*de 8 à 15 ans*)

JU-JITSU ADULTES (*dès 16 ans*)

AUTODEFENSE SENIORS (*dès 50 ans*)

AUTODEFENSE FEMMES (*stage 10 leçons*)

Venez essayer !

1 mois d'essai gratuit - ouvert à tous

www.jjjcc.ch

022 771 00 30 info@jjjcc.ch

Le club est fermé durant toutes les vacances scolaires

Club fondé en 1969

Horaires saison 2018-2019

Judo

Lundi	16h30 à 17h20	6 – 8 ans
	17h30 à 19h00	9 – 15 ans
Mercredi	13h30 à 14h00	4 ans (<i>spécial débutant</i>)
	14h00 à 14h50	4 – 5 ans
	15h00 à 15h50	6 – 8 ans
	16h00 à 17h20	9 – 12 ans
	17h30 à 19h00	de 13 ans à 77 ans

Ju-Jitsu ados

Lundi	19h00 à 20h00	10 – 15 ans
Mardi	17h45 à 18h45	10 – 15 ans
Jeudi	17h15 à 18h15	8 – 12 ans

Ju-Jitsu adultes – dès 16 ans

Lundi	20h00 à 21h15	
Mardi	19h00 à 20h00	étude des katas
	20h00 à 21h15	cours soft
Mercredi	19h15 à 20h30	
Jeudi	18h30 à 19h45	

Autodéfense seniors

Mardi	10h00 à 11h00	dès 50 ans
-------	---------------	------------

Cotisations annuelles

Enfant /Senior CHF 270.00

Adulte CHF 360.00

Possibilité de payer en 2 semestres avec un surcoût de CHF 30.00 pour les enfants/seniors et CHF 40.00 pour les adultes

Autodéfense femmes (dès 15 ans) Stage de 10 leçons

Jeudi 19h00 - 20h15 Prix CHF 120.00

Salle polyvalente de l'école de Compesières

Début des cours : le jeudi 20 septembre 2018

autodefense.compesieres@gmail.com Tél. 079/463 94 63

Club fondé en 1969