

JUDO - JUJITSU

Et entretien physique pour adultes



↪ Le Mardi

Musculation de 17h30 à 19h

↪ Le Mercredi:

- BABY JUDO 4-5 ans: de 14h15 à 15h00
- JUDO 6-7-8 ans : de 15h00 à 16h00
- JUDO 9-10-11ans: de 16h00 à 17h00
- ENTRETIEN PHYSIQUE adultes de 17h15 à 18h15
- JUDO ADULTES & Ados : de 18h30 à 20h00

↪ Le Vendredi

↪ Musculation de 17h30 à 19h

↪ Le Samedi:

- JUDO enfants cours commun : de 14h30 à 15h30
- SELF DEFENSE, JU-JITSU : de 15h45 à 17h15
- JUDO ADULTES & Ados: de 17h30 à 19h00

CENTRE SPORTIF MUNICIPAL TETELIN

2 Boulevard du général de Gaulle

Halle des sports (face au stade Degouve)

Salle à l'étage: entrée des joueurs face au stade DEGOUVE coté bd du Général de Gaulle

⇒ Enseignement par des professeurs diplômés d'état 4ème et 5ème Dan

⇒ Courriel : racingclubarrasjudo@gmail.com et site <https://racingclubarrasjudo.ffjudo.com/>

"Ne pas jeter sur la voie publique"

Imprimé par nos soins