

Zoom sur ...

ECOLE DES ARTS MARTIAUX - Cour Gare - 36300 Le Blanc

Tarifs dégressifs en fonction de vos pratiques :

90€ pour une activité/an (judo ou karaté) + taïso gratuit, 120€ pour 2 activités / an, (judo et karaté) + taïso gratuit
taïso seul : 75€/an

(Consultez-nous pour les tarifs dégressifs applicables en fonction du nombre de pratiquants par famille)

Pour toutes ces disciplines, ticket Caf, Chèque vacances sont acceptés.

Zoom sur ...



T
A
I
S
O

JUDO - Club Cour Gare Le Blanc

Sans limite d'âge, avec une simple tenue sportive même si vous n'avez pas forcément pratiqué de sport auparavant venez rechercher un entretien physique dans des activités ludiques.

Avec le Taïso vous pourrez :

- entretenir votre système cardio-respiratoire,
- améliorer votre endurance,
- renforcer vos muscles,
- améliorer votre équilibre,
- améliorer la coordination générale des membres,
- vous assouplir,
- vous relaxer.

TAISO
Pour les adolescents et adultes
Tous les mardis : 9h00 - 10h00
vendredis : 20h30 - 21h30

Tarifs
Licence FFJDA : 33€ pour l'année
+ 25€ par trimestre

T
A
I
S
O

Zoom sur ...



J
U
D
O

JUDO - Club Cour Gare Le Blanc

Sans limite d'âge, pratiquer un art martial n'est pas seulement réservé à quelques athlètes surdoués, tout le monde peut pratiquer en fonction de son âge et de ses possibilités physiques. Notre enseignante est là pour vous aider à progresser, à vaincre vos peurs, et vos inhibitions. Venez découvrir un véritable sport et d'apprentissage, sinon un art de vivre !

Tous les mardis :

- benjamins, minimes, cadets, juniors, séniors.

Tous les mercredis :

- pré-judo, poussins, benjamins, minimes, cadets, juniors, séniors.

Tous les vendredis :

- poussins, benjamins, minimes, cadets, juniors, séniors.

J
U
D
O
Tarifs
Licence FFJDA : 33€ pour l'année
+ 30€ par trimestre

J
U
D
O

Zoom sur ...

K
A
R
A
T
É

Karaté-Do - Club Cour Gare Le Blanc



Contact : 06 37 39 75 36

Sans limite d'âge, Adapté à toutes et à tous, le karaté le Nihon Tai-jitsu, la Self-défense ainsi que les disciplines qui l'accompagnent au sein de la fédération offrent aux pratiquants la possibilité de s'épanouir physiquement mais aussi d'adhérer à une "école de vie" chère aux arts martiaux. Les enfants y trouveront une pratique éducative et ludique qui leur permettra de canaliser leur énergie et de construire leur confiance en eux. Les sportifs peuvent s'exprimer au travers de nombreuses compétitions organisées par la F.F.Karaté.

Tous les lundis et

jeudis : De pré-Poussins à Séniors.

Tous les samedis :

De minimes à Séniors : Self-Défense

K
A
R
A
T
É
Tarifs
Licence FFK : 33€ pour l'année
+ 30€ par trimestre

K
A
R
A
T
É