



**QUI OSE
GAGNE !**



Rendez-vous au forum des associations de Plailly

Judo

Favoriser la confiance et l'épanouissement personnel

Une école de vie accessible dès 3 ans

Au Judo, j'apprends le courage, le contrôle de soi, la politesse, l'amitié, le respect, la sincérité, la modestie et l'honneur !



2 cours d'essai offerts!

MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
			TAÏSO 10h - 11h30
JUDO ÉVEIL 3 - 6 ans 17h - 18h		JUDO ÉVEIL 3 - 6 ans 17h15 - 18h15	
JUDO ADOS 7 - 13 ans 18h - 19h15		JUDO ADOS 7 - 13 ans 18h15 - 19h30	
JUDO ADULTE 14 ans et + 20h - 21h30	TAÏSO 20h - 21h30	JUDO ADULTE 14 ans et + 20h - 21h30	

TAÏSO

Une gymnastique douce d'origine japonaise

Accessible à tous

Endurance
Equilibre
Coordination

Entretien cardio respiratoire

Assouplissement

Renforcement musculaire

Relaxation



contact.jtcv@gmail.com

www.jtcv.fr



Judo Taïso Club Valois



CHEQUES VACANCES
COUPONS SPORT