



Le judo... pourquoi ?

Il demande vitesse, concentration, équilibre, coordination pour réagir au bon moment de la façon la plus pertinente. La force est secondaire mais la souplesse est primordiale. Il véhicule des valeurs morales fondamentales qui forgent une personnalité équilibrée : courage, fidélité, sincérité, droiture, honneur, respect de l'adversaire, contrôle de soi. Il convient à tous les caractères, aux agressifs comme aux timides. Les premiers libéreront leur énergie, les seconds évacueront leurs craintes. Il peut se pratiquer dès 4 ans par le biais de l'éveil judo.

AGE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ÉVEIL JUDO (3 ½ à 4 ½ ANS)			11H10 à 12H00		
5/7 ans	* 17H00 à 18H00		9H45 à 10H45	* 17H00 à 18H00	Judo à Peymeinade départ du minibus à 17h30 .
8/10ans	* 18H00 à 19H00			* 18H00 à 19H00	
11/14 ans		18H15 à 19H30 Judo à Cannes,départ minibus à 17h40			18H00 à 19H15
ADOS/ ADULTES			19H00 à 20H30		19H15 à 20H45

* Le professeur récupère les enfants à la sortie des classes dans l'école ou de la garderie les Lundi, Mercredi, et Jeudi avec autorisation parentale.

	UN COURS PAR SEMAINE		DEUX COURS PAR SEMAINE	
	1 personne	2 personnes	1 personne	2 personnes
TRIMESTRIEL	67 €	122 €	102 €	192 €
ANNUEL	182 €	332 €	282 €	552 €
LICENCE <i>inscription + assurance</i>	60 €	120 €	60 €	120 €