

«Quel que soit votre âge, votre objectif: loisirs, compétition, remise en forme... Rejoignez un club dynamique et convivial avec des enseignants diplômés.»



JUDO

LOISIRS & COMPÉTITION À PARTIR DE 4 ANS

JU-JITSU

TAÏSO / SPORT-SANTÉ

SELF DÉFENSE **NOUVEAU !**



Centre sportif Armand Rigal «COSEC»
7 rue Jean Moulin, 82200 MOISSAC



sgmoissacjudo@yahoo.fr
www.moissac-judo.ffjudo.com

06 29 21 90 60



.....

HORAIRES DES COURS PAR CATÉGORIES D'ÂGES

Reprise des cours à partir du 06/09/2022

LUNDI	20H30-22H00	Ju-Jitsu
MARDI	17H30-18H30 18H30-19H30 19H30-21H00	Poussins (8-9 ans) Benjamins (10-11 ans) Minimes et +, adultes débutants
MERCREDI	14H00-14H45 15H00-16H00 16H00-17H00 18H15-19H15 19H30-21H00 21H00-22H00	Éveil Judo (4-5 ans) Mini-poussins (6-7 ans) Entraînement compétition (6-7 ans) Taïso Ju-Jitsu Ju-Jitsu - Travail libre
JEUDI	18H00-19H00	Self-défense
 VENDREDI	17H30-18H30 18H30-19H30 19H30-21H00	Poussins (8-9 ans) Benjamins (10-11 ans) Minimes et +, adultes débutants
SAMEDI	10H00-11H00 11H00-12H15	Self-défense Taïso

.....

INSCRIPTIONS AU COSEC LE MERCREDI 31 AOÛT DE 14H00 À 16H00
ET LE SAMEDI 03 SEPTEMBRE DE 14H00 À 16H00

.....



NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE