



Saison 2022-2023

Dojo du Gymnase des Montelièvres

Professeur Thierry Blanc, diplômé d'Etat

Enfants

Initiation Judo

5-6 ANS

Lundi 17h30-18h30 **155 €**

Ecole de Judo

6-8 ANS

Lundi 17h30-18h30 **235 €**

Mercredi 17h30-18h30

Ecole de Judo +

8-13 ANS

Lundi 18h30-19h30 **235 €**

Mercredi 18h30-19h30

Ju-Jitsu

10-13 ANS

Mercredi 18h30-20h **175 €**

Adultes

Taïso

ENTRETIEN PHYSIQUE ET MUSCULAIRE

Mercredi 20h-20h45 **155 €**

Ju-Jitsu

>13 ANS - SELF DEFENSE

Mercredi 20h-22h **255 €**

Vendredi 20h-22h

Possibilité de paiement en 3 fois
Coupons sports et Chèques Vacances

Le prix comprend la licence et l'adhésion à l'association

Proposition de cours sous réserve d'inscriptions
suffisantes

Nouveau

Association loi 1901

AJC Saintry
ajc-saintry.fr

Président : Guy Baris
06 48 22 62 81

Tournez SVP

Retrouvez toutes les
sections de l'association

Gym fitness adultes
Danse 10-18 ans
Qi Gong
Judo et Ju-jitsu





Qi Gong

Dojo du Gymnase des Montelièvres

Un art de santé...

Chaque lundi à 19h45
Chaque mardi à 14h00

1ère séance gratuite

Le qi gong est une une branche de la médecine traditionnelle chinoise, au même titre que l'acupuncture.

C'est un **art de santé**.

Il peut néanmoins être pratiqué simplement comme activité de bien être, comme tous les arts énergétiques.

Tarif Qi Gong seul
275 €

Si déjà adhérent à une autre activité de l'AJC
100 €

En plus du tarif des activités déjà pratiquées avec l'association

Possibilité de paiement en 3 fois
Coupons sports et Chèques Vacances

Le prix comprend la licence et l'adhésion à l'association

Proposition de cours sous réserve d'inscriptions suffisantes

Association loi 1901

AJC Saintry
ajc-saintry.fr

Président : Guy Baris
06 48 22 62 81

Retrouvez toutes les sections de l'association

Gym fitness adultes
Danse 10-18 ans
Qi Gong
Judo et Ju-jitsu

