



Saison 2023-2024

Dojo du Gymnase des Montelièvres

Professeur Thierry Blanc, diplômé d'Etat

Enfants

Initiation Judo

5-6 ANS 1 SÉANCE/SEM **155 €**

Lundi 17h30-18h30

Ecole de Judo

6-8 ANS 2 SÉANCES/SEM **235 €**

Lundi 17h30-18h30

Mercredi 18h00-19h00

Ecole de Judo + **235 €**

8-13 ANS 2 SÉANCES /SEM

Lundi 18h30-19h30

+ Ju Jitsu enfant 19h30-20h **+10 €**

Mercredi 19h00-20h00

Ju-Jitsu

10-13 ANS 1 SÉANCE/SEM

Lundi 18h30-20h

175 €

Adultes

Taïso

ENTRETIEN PHYSIQUE ET MUSCULAIRE

Mercredi 20h-20h45 **155 €**

Ju-Jitsu

>13 ANS - SELF DEFENSE

Mercredi 20h-22h **255 €**

Lundi 20h-22h

Lundi 20h-22h à Corbeil dans le cadre d'un partenariat

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

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...

Lundi : 20h-21h
Mercredi : 16h45-17h45

1ère séance d'essai 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

