



Saison 2024-2025

Dojo du Gymnase des Montelièvres

Professeur Thierry Blanc, diplômé d'Etat

Enfants

Initiation Judo

5-6 ANS 1 SÉANCE/SEM **160 €**

Lundi 17h30-18h30

Ecole de Judo

6-8 ANS 2 SÉANCES/SEM **240 €**

Lundi 17h30-18h30

Mercredi 18h00-19h00

Ecole de Judo + **240 €**

8-13 ANS 2 SÉANCES /SEM

Lundi 18h30-19h30

+ Ju Jitsu enfant 19h30-20h

Mercredi 19h00-20h00

Adultes

Taïso

ENTRETIEN PHYSIQUE ET MUSCULAIRE

Mercredi 20h-20h45 **155 €**

Ju-Jitsu & Judo

>13 ANS - SELF DEFENSE

Lundi 20h-22h **260 €**

Mercredi 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

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



Tournez SVP



Qi Gong

Dojo du Gymnase des Montelièvres

Un art de santé...

Mardi : 20h15-21h15
Mercredi : 16h45-17h45

Corot bas le mardi
Dojo le mercredi

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

