



“JUDO-CLUB ECKBOLSHEIM”

Dojo : Complexe sportif Sud « Pierre Sammel »
9, rue Henri Frenay 67201 – ECKBOLSHEIM
06.82.38.92.17 ou 06.08.78.99.54
E-mail : Christel.Schumacher@orange.fr

Les activités proposées :

JUDO & JU-JITSU :

- | | |
|---|------------------------------------|
| - Eveil-Judo pour enfants de 4 et 5 ans : | mercredi de 17h30 à 18h30 |
| - Enfants de 6 à 8 ans : | mardi et vendredi de 17h30 à 18h30 |
| - Adolescents de 9 à 14 ans : | mardi et vendredi de 18h45 à 19h45 |
| - Adultes et plus de 14 ans : | mardi et vendredi de 20h à 21h15 |
| - Préparation aux passages de grades : | mercredi à partir de 19h15 |
| - Préparation aux compétitions : | jeudi de 19h45 à 20h45 |

GYM-TAÏSO : (pour homme & femme de + 15 ans)

- lundi de 20h à 21h
- samedi matin de 9h à 10h

STRETCHING – RELAXATION : (pour homme & femme)

- jeudi de 18h30 à 19h30

Nouveau : activité physique adaptée à tout âge, et séniors, permet d’améliorer son état général, accéder à un équilibre plus harmonieux, regagner détente, confort et tonicité.

***Vous recherchez détente et bien être de corps et d’esprit !
Une activité vous intéresse ?***

Les portes de notre DOJO vous sont grandes ouvertes pour vous renseigner sur le déroulement d’une séance d’essai.