



Judo Club

2024-2025

Reprise des entraînements pour cette nouvelle saison

JUDO l'art martial de la souplesse et de la stratégie

Cette discipline qui apprend à canaliser son énergie peut être pratiquée par les jeunes enfants comme par les adultes, grâce à un entraînement et une pédagogie adaptée.

Reprise des entraînements à partir du lundi le 9 septembre 2024

<u>Moustiques</u>	né(e)s en 2019-2020	Lundi de 17h00 à 18h00
<u>Mini poussins</u>	né(e)s en 2018-2017	Lundi de 18h00 à 19h00
<u>Poussins</u>	né(e)s en 2016-2015	Mardi de 17h30 à 19h00
<u>Benjamins</u>	né(e)s en 2014-2013	Vendredi de 17h30 à 19h00
<u>Minimes à Séniors</u>	né(e)s en 2012 et avant	Mardi de 19h00 à 20h30 Vendredi de 19h00 à 20h30
<u>Judo Technique</u>	katas, preparation grades	Mardi de 20h30 à 21h30

JUJITSU-Self défense un Sport accessible à tous

Né(e)s en 2012 et avant :

Lundi de 19h00 à 20h30



BOXE FRANÇAISE *Boxe pour tous, loisirs et compétition*

Reprise des entraînements Lundi le 09 septembre 2024

né(e)s en 2008 et avant

Lundi, Mercredi ou Vendredi de
20h30 à 22h00
Dimanche de 10h à 12h

né(e)s en 2017 à 2014

Mercredi de 18h15 à 19h15

né(e)s en 2013 à 2007

Mercredi de 19h15 à 20h15



MUAY THAI - GRAPPLING - PANCRACE-MMA

MMA: né(e)s en 2008 et avant

Mercredi de 20h30 à 22h00

MEI HUA ZHUANG

Art martial doux pour maintenir la forme.

L'originalité de cette technique est qu'elle concerne à la fois le corps et la pensée. Elle est accessible à tous et n'exige aucune prédisposition physique en matière de souplesse ou de performance physique.

Reprise des entraînements Jeudi 05 septembre de 20h00 à 22h00

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Inscriptions :

au Dojo du Complexe Sportif aux horaires des entraînements
8, Rue des Tabacs 67390 MARCKLOLSHEIM

Courriel: communication@judo-club-marckolsheim.fr

Site internet du club: site.judo-club-marckolsheim.fr

Facebook: judo club Marckolsheim

BoxingClub Marcko

Muay Thai MMA Marckolsheim

Visite médicale : un certificat médical est demandé lors de l'inscription avec mention apte à la compétition : Judo, Boxe Française ou MMA en fonction de votre discipline.

La réglementation des fédérations sportives étant différentes, le questionnaire de santé pour les mineurs est possible.

Judoji (kimono) : achat possible au club lors de l'inscription.

Tarifs cotisation avec licence comprise :

Moustiques-mini poussins :	130€
Jeunes - de 18 ans :	140 €
Adultes + 18 ans :	195 €
Etudiants + de 18 ans et séniors + de 60 ans :	155 €

En cas de multiples activités, uniquement le règlement de la licence supplémentaire sans régler une seconde cotisation club est nécessaire.