

Tarifs - 2022 / 2023

1 COURS / SEMAINE = 200 €
(cotisation + licence)

JUDO ENFANTS / JUJITSU / NE WAZA

2 COURS / SEMAINE = 220 €
(cotisation + licence)

JUDO ENFANTS / JUDO ADULTES / TAÏSO

Accès illimité = 270 €
(cotisation + licence)

ADULTES : JUDO / TAÏSO /
NE WAZA / JUJITSU

Tarifs dégressifs :

- (pour un même foyer)
- 30 € de réduction pour le 2e inscrit
- 50 € de réduction pour le 3e inscrit et plus
- 10 € de réduction lors d'un Parrainage (valable 1 seule fois pour le parrain et le parrainé).

Formalités d'inscription :

- Remplir la fiche d'inscription.
- Remplir le formulaire LICENCE auprès de la FFJDA
- Effectuer le règlement pour l'année pour chaque adhérent. Encaissement en OCT / JANV / MARS.

Le Certificat Médical :

Obligatoire pour les nouveaux adhérents.

Pour les anciens adhérents :

Pour les Mineurs = Remplir l'Attestation sur l'honneur + Questionnaire de santé.

Pour les Majeurs = Remplir l'Attestation sur l'honneur + Questionnaire de santé.

Coupon Sport
OMS Bonneville



Informations pratiques

Inscription et Permanences :

Vendredi 2 sept de 18h à 20h au Dojo.

Samedi 3 sept au Forum des Sports
de 14h - 17h30 au Centre Briffod.

Permanences pendant les heures de cours
du 5 au 16 Sept inclus, au Dojo.

Reprise des cours, le lundi 5 septembre.

2 séances d'essais gratuites.

Fonctionnement :

Planning des cours de septembre 2022 à juin 2023.

Evénements du club :

Animations, Tournois et Stages Judo et Stages multi activités. Cérémonie des Grades en fin d'année.

Judo Loisir et Compétition :

Le JC Bonneville développe le judo sous toutes les facettes. A ce titre, un judoka pourra trouver son épanouissement à travers une pratique soit en loisir ou en compétition pour les plus motivés.



Judogi du club, en vente au dojo.

« Bourse aux Judogis »



JUDO CLUB BONNEVILLE

66, avenue de Staufen - 74130 BONNEVILLE



judoclubbonneville@gmail.com

06 19 69 44 46



haute savoie
le Département

www.judoclubbonneville.com



A chacun sa pratique ...

De MINI-POUSSINS à MINIMES

C'est le véritable apprentissage du Judo et de ses valeurs morales. Travail technique et physique. Passage de ceintures en fin d'année. Préparation à la compétition pour les plus motivés.

De CADETS à SENIORS

Perfectionnement technique et entraînements physiques et orientés vers la compétition pour certains. Etude des Katas.

TAÏSO et TAÏSO FIT

Ce qui signifie « préparation du corps ». Activité sport santé par excellence. Vous trouverez dans ce cours des exercices de cardio, de motricité, de renforcement musculaire et des éducatifs de coordination. Séances très ludiques et conviviales. Pas besoin d'être judoka pour pratiquer le Taïso.

JUJITSU

Prolongement naturel de la pratique du Judo, le Jujitsu est un art basé sur la défense, qui exclut le risque, mais nécessite un véritable engagement du corps et de l'esprit. Le Jujitsu est une méthode de défense fondée sur le contrôle de soi et de l'adversaire

.... Alors, venez tester !



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		15H - 16H15 MINI-POUSSINS 1- 2 (7/8 ans) 2016 / 2015		
		16H30 - 18H POUSSINS 1 (9 ans) - 2014 POUSSINS 2 (Déb.) (10 ans) 2013 BENJAMINS (Déb.) (11/12 ans) 2012 / 2011		
19H - 20H15 TAÏSO (Adultes / Ados) dès 15 ans	18H - 19H30 Gr. COMPETITION POUSSINS 2 (10 ans) 2013 BENJAMINS (11/12 ans) 2012/2011	19H - 20H15 TAÏSO (Adultes / Ados) dès 15 ans ISSHO TEAM	19H - 20H30 JUJITSU (Adultes / Ados) dès 15 ans 	18H - 19H30 Gr. COMPETITION POUSSINS 2 (10 ans) 2013 BENJAMINS (11/12 ans) 2012/2011
20H15 - 21H30 KATAS	19H30 - 21H MINIMES à SENIORS dès 2010			19H30 - 21H MINIMES à SENIORS dès 2010

Les Professeurs diplômés d'Etat

Fred DEROUET : 4e Dan

Brevet d'Etat 1er degré. Directeur Technique
Enseignement :
Judo / Taïso / Ne Waza / Katas



Valentine ISSIOT METRAL : 1er Dan

Educateur Sportif
 Ex membre Equipe de France
 de Jujitsu (Juniors) en Duo féminin.
Enseignement : Jujitsu

