

Tarifs - 2025 / 2026

(cotisation + licence FFJ)

1 COURS / SEMAINE

EVEIL JUDO (2020)	185 €
JUDO ENFANTS (2019 à 2016)	215 €
JUDO ADULTES / JUJITSU / TAÏSO - FIT / TAÏSO - YOGA / JJB NE-WAZA	

2 COURS / SEMAINE

JUDO ENFANTS (2015 à 2010)	240 €
JUDO ADULTES / TAÏSO-FIT / Autres	

ACCES ILLIMITE / SEMAINE

ADULTES et ADOS Grade Minimum : Marron	285 €
JUDO / JUJITSU TAÏSO- FIT / JJB NE-WAZA	

Tarifs dégressifs : (pour un même foyer)
30 € de réduction pour le 2e inscrit
50 € de réduction pour le 3e inscrit et plus

Formalités d'inscription :

- Remplir la fiche d'inscription ou inscription en ligne
- Formulaire LICENCE par le Club
- 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.

Les Aides
Potentielles :



Informations pratiques

Inscription et Permanences :

Vendredi 5 septembre de 18h à 20h au Dojo.

Samedi 6 septembre au Forum des Sports de 14h - 17h30 au Centre Sportif Briffod.

Permanences pendant les heures de cours du 8 au 30 Sept inclus, au Dojo.

Reprise des cours, le lundi 8 septembre.
2 séances d'essais gratuites.

Fonctionnement :

Planning des cours de septembre 2025 à juin 2026.

Evénements du club :

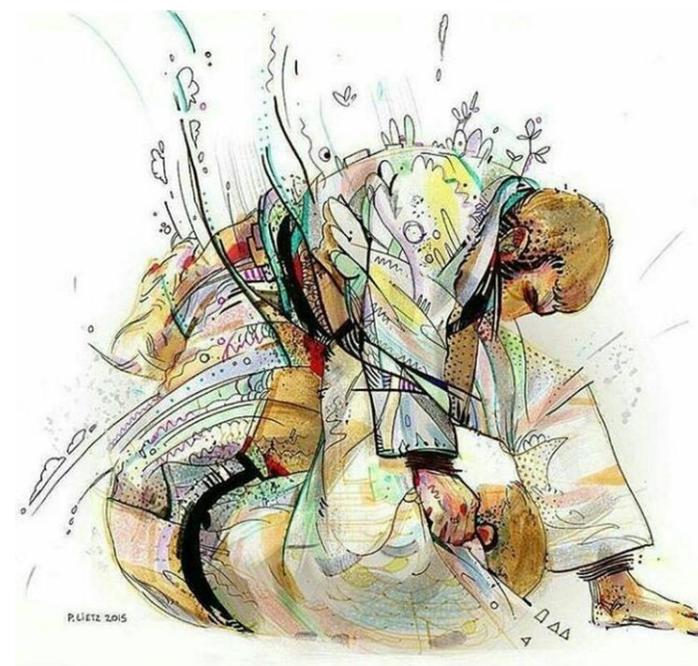
Animations, Tournois et Stages Judo et Stages multi activités. Cérémonie des Grades en fin d'année.

Judo Loisir et Compétition :

Le JC Bonneville développe le judo sous toutes les facettes. Ici, 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 »

Dojo : 66, av. de Staufen - 74130 BONNEVILLE



Judo / Taïso Fit / Jujitsu

Jui-jitsu Brésilien / Taïso Yoga

judoclubbonneville@gmail.com

06 19 69 44 46

06 12 32 77 15

www.judoclubbonneville.com

Saison 2025 / 2026

DOJO « Edouard Métral »



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
		10H - 11H15 TAÏSO SENIORS		
		11H15 - 12H15 TAÏSO - YOGA		
		14H - 14H45 EVEIL JUDO - 2020		
		14H45 - 15H30 MINI-POUSSINS 2019 / 2018		
		15H30 - 17H POUSSINS 1 (Non Déb.) 2017 POUSSINS 2 (Déb.) 2016 BENJAMINS (Déb.) 2015/2014		
17H30 - 18H45 M-POUSSINS 2019 / 2018 POUSSINS 2017 / 2016	17H15 - 18H EVEIL JUDO 2020	17H30 - 18H45 Gr. COMPETITION Perf. Technique (sur sélection) MIN-CAD-JUN		
19H - 20H15 TAÏSO - FIT Adultes / Ados dès 15 ans	18H - 19H30 Gr. COMPETITION POUSSINS 2 - 2016 BENJAMINS 2015 / 2014	19H - 20H15 TAÏSO - FIT Adultes / Ados dès 15 ans	19H - 20H30 JU-JITSU Adultes / Ados dès 15 ans	18H - 19H30 Gr. COMPETITION POUSSINS 2 - 2016 BENJAMINS 2015 / 2014
20H15 - 21H30 KATAS - UV2 KATAS SPORTIFS	19H30 - 21H JUDO ADULTES MIN-CAD-JUN-SEN	20H15 - 21H30 NE WAZA - JJB MIN-CAD-JUN-SEN	19H30 - 21H Dojo La Roche NE WAZA - JJB MIN-CAD-JUN-SEN	19H30 - 21H JUDO ADULTES MIN-CAD-JUN-SEN

★ Ouverture du créneau du lundi, si besoin

A chacun sa pratique ...

EVEIL JUDO (dès 5 ans)

J'apprends à connaître mon corps à travers des exercices d'éveil. Je fais du judo et des acrobaties. C'est ludique !

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 FIT & TAÏSO YOGA

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. Le Taïso Yoga est très axé sur les postures corporelles, la méditation et initiation à la relaxation coréenne.

JU-JITSU

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.

NE-WAZA - JIU JITSU BRESILIEN (JJB)

C'est du judo uniquement au sol, mais qui nécessite beaucoup de mobilité et de maîtrise des clés et étranglements.

... Alors, venez tester !



Fred DEROUET : 4e Dan

Brevet d'Etat 1er degré
 Ex membre Pôle France Poitiers
 Directeur Technique
Enseignement : Judo / Taïso Fit
JJB Ne-Waza / Katas



Valentine ISSIOT : 2e Dan

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



Célia GARDEL :

Brevet d'Etat 1er degré.
 Coach Sportif - Cross Training - Yoga
Enseignement :
Taïso Fit / Taïso Yoga

