



L'ÉQUIPE

Une équipe de bénévoles qui t'accompagne pour ton activité :

Bureau et Comité Directeur

Karine ROQUEPLAN, Présidente

Éric BOSSUT, Trésorier

Nicole VIDAL, Secrétaire

Membres du Comité Directeur

Romain GALZI

Jessie THOMAS

Claude MARTINEZ

Sindy PEREIRA

Jeson ALBRIET

Educateurs Sportif

Avec les compétences de personnes diplômées DEJEPS, BPJEPS, CQP

Régis MANIBAL

Damien BAILLET



NOS PARTENAIRES

PUBLICS



PRIVÉS



DÔJÔ  D'ORB

dojocoeurdorb@gmail.com
tél. 06 80 03 30 61

DÔJÔ  D'ORB

LAURENS

JUDO

À PARTIR DE 5 ANS



JU-JITSU SELF DEFENSE



SUIVEZ-NOUS !
Dôjô Coeur d'Orb





LE JUDO & LE JU-JITSU



ENTRAÎNEMENTS



TARIFS

Un sport complet bon pour le corps et l'esprit

- ★ Développe le corps naturellement,
- ★ Aide à la souplesse,
- ★ Encourage l'estime de soi,
- ★ Gestion des émotions,
- ★ Anti Stress
- ★ Canalise les énergies,

Transmission des valeurs

- ★ L' Amitié,
- ★ Le Courage,
- ★ La Modestie,
- ★ La Sincérité,
- ★ Le respect,
- ★ L'honneur,
- ★ Le Contrôle de soi,
- ★ La Politesse

Démarrage des entraînements
à partir du
mercredi 13 septembre 2023
au Dojo rue de la Tuilerie

JUDO

MERCREDI	VENDREDI
6-9 ans 14h30 à 15h30	6-9 ans 17h à 18h
5-6 ans 15h45 à 16 h45	10-13 ans 18h 15 à 19h15
10-13 ans 17h00 à 18h15	

JU-JITSU

MERCREDI	VENDREDI
Adultes 19h30 à 21h00	Adultes 19h30 à 21h00

STAGES DE SELF DEFENSE FÉMININE
À PARTIR DE 14 ANS

- pour tous : 155 €
(adhésion : 5 €
+ licence FFJDA 41 €
+ cotisation 109 €)
dégressif 2-3 personnes

- pour les moins de 6 ans : 135 €
(adhésion : 5 €
+ licence FFJDA 21 €
+ cotisation 109 €)
dégressif 2-3 personnes

- tarif Self Defense : 46 €

Documents à fournir :

- ☐ La fiche d'inscription
- ☐ L'attestation médicale
- ☐ Le règlement

(possibilité de trois chèques encaissables sur trois mois)

Pour recevoir rapidement les documents, envoie un mail ou viens faire un essai au dojo pendant les horaires d'entraînement à partir du 13 septembre 2023.

1^{ÈRE} SÉANCE OFFERTE

PASS SPORT, CHÈQUES
VACANCES ET COUPONS
SPORT ACCEPTES