



www.esp1893judo.com

JUDO POUR TOUS!

Afin de diversifier et d'étendre sa palette de disciplines proposées,

le Judo Club Espérance 1893 judo

vous propose à partir du 12 septembre 2018 ,

Les mercredi soir 19h00 à 21h00

(au dojo koechlin rue de Rouffach en face du 42)

Un cours baptisé « judo loisirs».

Un judo non plus axé vers le domaine sportif ou la compétition, mais plutôt vers le judo , jiu –jitsu et la self-défense.

Relaxation musicale dirigé.

Une fois par mois initiation à la réflexologie plantaire.

Il s'agit d'un entraînement accessible à tous car il ne comporte pas de chutes douloureuses, l'arrivée au sol, contrôlée, se faisant en douceur.

Chers parents et amis venez adhérer à cette pratique qui reste tout de même martiale, avec toute la discipline que cela nécessite.

Les portes du dojo sont grandes ouvertes et le professeur FERNANDEZ Auguste, 4e dan, diplômé DESJES se fera un plaisir de recevoir les personnes intéressées.

Pour découvrir cette activité sans vous engager, 2 cours d'essai gratuits sont possibles pour ce cours ados et adultes, judo ou self-défense.

La présidente

Sylvie ANTZ