



## PLANNING JUDO 2023-2024

PLANNING	ANNEE DE NAISSANCE	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES
	2019	<b>Bambins</b>	Samedi	9h30-10h15
	<i>Les Bambins ont une section bien à eux ! Inscription sur la fiche BAMBINS.</i>			
	2017-2016	Pré-poussins (1 créneau au choix)	Lundi	17h45-18h45
			Samedi	10h15-11h15
	2014-2015	Poussins (1 créneau au choix)	Lundi	17h45-18h45
			Samedi	11h15-12h15
	2012-2013	Benjamins	Mercredi	18h30 – 19h30
	2011-2010	Minimes	Mercredi	18h30-19h30
	2007-2009	Cadet	Lundi	19h00-20h30
2004-2006	Juniors	Lundi	19h00-20h30	
2003 et +	Seniors	Lundi	19h00-20h30	

Honoré de Balzac, 104 Boulevard Bessières, 75017 Paris

## TARIFS JUDO 2023-2024

TARIFS	INSCRIPTION
	300€

## DESCRIPTIF

Le judo est un sport complet qui offre de nombreux bienfaits pour le corps et pour l'esprit. Par ses exercices ludiques, le judo va permettre dans un premier temps de développer les capacités de motricité, de coordination et de souplesse. Véritable sport éducatif, le judo enseigne des valeurs telles que le respect, la discipline et la persévérance. La pratique régulière du judo peut contribuer à la gestion du stress et de l'émotion ainsi qu'au développement de la concentration.