

DOJO DE LA PENNE SUR HUVEAUNE



Allée de la Colombe
Gymnase la Colombe
13821 La Penne-sur-Huveaune



Présidente

06 75 29 44 31

Professeur

06 25 22 01 56



dojodelapenne@gmail.com

PRÉSIDENTE :

Mme Emmanuelle Chambon

OBJECTIFS :

Le Dojo de la Penne c'est plus de trente-cinq années d'expérience, un club qui accompagne ses élèves à la progression, à la compétition, et au diplôme de professeur. Proche de ses adhérents, à l'écoute de leurs familles, c'est aussi un club qui conjugue des moments de convivialité, autour des divers déplacements et animations qu'il organise (stages sportifs, fête de Noël, sorties, pique-nique en famille, fête du club, tournois...). Cela lui permet d'être dans une cohésion sociale et sportive.

MODALITÉS D'INSCRIPTION ET TARIFS :

Se renseigner au secrétariat sur place, au 06 75 29 44 31 ou par mail.

HORAIRES :

Les mercredis :

- de 16h30 à 17h30 "Baby Judo" pour les 2018
- de 17h30 à 18h30 "Pré Judo" pour les 2017

Les mardis et vendredis de 17h17 à 18h15 "Débutants Pré-Poussins" pour le 2015-16

Judo apprentissage et perfectionnement les mardis et vendredis :

- de 17h15 à 18h15 "Poussins" pour les 2013-2014
- de 18h15 à 19h15 "Benjamins" pour les 2011-2012
- de 19h15 à 20h30 "Minimes" pour les 2009-2010, "Cadets" pour les 2006-2008, "Juniors" pour les 2003-2005, "Seniors" pour les 2002 et avant, Vétérans pour les 1992 et avant.

Crosstraining Gym Fitness Renforcement musculaire les lundis et jeudis 19H00 à 20H00, avec des cours tous niveaux, dans une ambiance simple, conviviale et détendue Possibilité de choisir 1 ou 2 cours par semaine.

Cours Self Défense Self Combat « La self Défense a pour but d'apprendre aux pratiquants à savoir réagir à toutes les situations potentielles, Dans l'esprit de pouvoir se protéger, toujours dans un esprit citoyen » les mercredis de 18H30 à 19H30.