



Avenir Sportif Charbonnières / La Tour de Salvagny 2025 - 2026



Pour tout âge du débutant au compétiteur (à partir de 3 ans, 2022)

JUDO / JUJITSU / Taïso

**Professeurs Diplômés d'état,
spécialistes Judo, ayant pratiqué à Haut niveau.**

Horaires ajustables
en fonction des
inscrits

- **Frédéric Colas, BEES 2^{ème} degré,
diplômé de L' I.N.S.E.P (Institut National du
Sport, de l'Expertise et de la Performance)
Champion de France,
membre de l'équipe de France**

- **Marie-Alexandra Althey, BPJEPS,
Championne de France,
5^{ème} au Championnat d'Europe**

L'inscription permet la participation
à tous les cours de la même tranche d'âge, et
deux cours pour les Baby judo

Lundi	Mercredi	Vendredi
<u>Eveil Judo</u> (2022/2021/2020) 17h à 17h45 Charbonnières	<u>Eveil judo</u> (2022/2021/2020) 16h45 à 17h30 La Tour de S	<u>Eveil judo</u> (2022/2021/2020) 17h00 à 17h45 La Tour de S
<u>Judo</u> (2019 à 2014) 17h45 à 19h00 Charbonnières	<u>Judo</u> (2019 à 2014) 17h45 à 19h15 La Tour de S	<u>Judo</u> (2019 à 2014) 18h à 19h15 La Tour de S
Judo Minimes (2013) à Adultes 19h00 à 20h30 Charbonnières	Judo / Jujitsu Minimes (2013) à Adultes 19h30 à 21h La Tour de S	Judo / Jujitsu/Taïso Minimes (2013) à Adultes 19h30 à 21h00 La Tour de S

Renseignements : <http://judocharbolatour.e-monsite.com> ou judocharbolatour@gmail.com

Président 06 84 04 06 16 / **Prof** 06 38 51 53 62 / **Secrétaires** 06 74 45 66 01 / 06 99 69 89 14