



CLUB D'ARTS MARTIAUX

JUJITSU, SELF DEFENSE, REMISE EN FORME

CARDIO-TRAINING, CARDIO-BOXING



JUJITSU SELF DEFENSE KIDS

2 COURS
D'ESSAI

À partir de 5 ans



SELF-DEFENSE

À partir de 12 ans



CARDIO-TRAINING

Nouveau
DOJO

DOJO JUJITSU

Salle Jean Marie Charlet

7 Rue Duhamel Liard

MERVILLE

06.35.10.20.53

selfdefense.merville@gmail.com

柔術

JUJITSU ADULTE

À partir de 14 ans



LUNDI

CARDIO-TRAINING

SELF-DEFENSE

JUJITSU TECHNIQUE *

18h00 - 19h30

À partir de 12 ans

* À partir de ceinture jaune
avec partenaire

DOJO José Jacquemart

115 rue d'aire

MERVILLE - Le SART

MARDI

JUJITSU KIDS

JUJITSU ADULTE

18h00 - 19h15 dès 5 ans

19h15 - 20h45 dès 10 ans

19h15 - 20h45 dès 14 ans

DOJO JUJITSU

Salle Jean Marie Charlet

7 rue Duhamel Liard

MERVILLE - Le SART



VENDREDI

CARDIO-TRAINING

JUJITSU KIDS

JUJITSU ADULTE

18h00 - 19h15 dès 12 ans

18h00 - 19h15 dès 5 ans

19h15 - 20h45 dès 10 ans

19h15 - 20h45 dès 14 ans

06.35.10.20.53

selfdefense.merville@gmail.com