

Horaires

Baby Judo 4 - 6 ans

Mercredi 14h00 à 14h45 - Gymnase Stadium

Samedi 15h30 à 16h30 - Stade Charlety

Enfant 7 - 9 ans

Mercredi 15h00 à 16h00 - Gymnase Stadium

Samedi 15h30 à 16h30 - Stade Charlety

Enfant 10 - 13 ans

Mercredi 16h00 à 17h00 - Gymnase Stadium

Vendredi 18h00 à 19h00 - Gymnase Stadium

Adulte et ado

Lundi 19h15 à 20h45 - Gymnase Caillaux

Mercredi 19h00 à 20h20 - Gymnase Stadium

Vendredi 19h00 à 20h20 - Gymnase Stadium

Samedi 16h45 à 18h15 - Stade Charlety

Où, les Dojos

Gymnase Stadium : 66 Av. d'Ivry, Paris 13

Stade Charlety : 99 Bd Kellermann, Paris 13

Gymnase Caillaux : 3 Rue Caillaux, Paris 13

Tarifs

4 à 6 ans : 300 € ; 7 à 13 ans et étudiants : 330 €

Adultes et + 13 ans : 370 €



INTERBUDO

Judo pour toutes et tous à Paris



2 séances découvertes offertes

Plus d'infos sur interbudo.fr | [FB.com/interbudo](https://www.facebook.com/interbudo)

Caroline: cmasini@free.fr - 06 11 18 34 97

Charly : 06 59 82 71 43



LE CLUB

Interbudo a été créé en 2000 sous l'impulsion d'un groupe de passionnés. Le club est animé d'un esprit d'entraide : accueil des débutants, travail technique en commun, vie sociale après les cours.

Nous partageons la même passion du judo avec plusieurs clubs « amis » et organisons régulièrement des échanges entre clubs (présence sur nos cours d'enseignants émérites ou cours délocalisés).

ADULTE-ADO Tous niveaux

Le club à la chance de profiter d'un joli groupe d'adultes dont une majorité de ceintures marrons et noires ce qui permet aux débutants de progresser plus vite (tout le monde jouant le jeu de l'entraide mutuelle).

Dans ce groupe loisir ; la curiosité, la recherche de l'efficacité et du beau geste rythment la pratique !

La bonne entente nous amène à organiser régulièrement des temps de regroupement en dehors du tatami.



BABY JUDO De 4 à 6 ans

Spécialement pensé pour les 4-6 ans, le baby-judo leur permet de développer leur motricité globale, leurs habilités fondamentales de l'activité Judo (chutes, déplacements, équilibre, approche du combat par des jeux de contact et d'opposition) et de les sensibiliser aux valeurs de la discipline : respect, contrôle de soi, amitié, goût de l'effort...

Et de se faire plaisir !

ENFANT De 7 à 13 ans

Dans ces cours, nous apprenons les premières techniques que nous nous attachons à perfectionner au fil des âges ! Nous continuons à développer toutes les habilités physiques et mentales chères au judoka toujours dans l'optique de contribuer à former des individus passionnés et équilibrés.

C'est aussi les premiers pas en compétition pour les enfants qui le souhaitent !