

La pratique du Judo contribue
à l'épanouissement
et l'éducation des enfants.

Judo Enfant



DANS MON CLUB DE JUDO IL Y A AUSSI DU TAISO POUR LES PARENTS !!!!

INSCRIPTIONS TOUTE L'ANNEE



ECOLE DE
JUDO
LEFEBVRE & DARBELET

NOS CLUBS

**Remise en forme, entretien
physique, bien-être.**



Judo Santé Taïso



Fédération Française de Judo :
21/25, avenue de la Porte de Châtillon - 75014 Paris
Tél. : 01 40 52 16 16
Email : judo@ffjudo.com - www.ffjudo.com



Le Judo, plus qu'un sport !

ST-RAPHAEL

SAMEDI

12H30 - 13H30

MONTAURoux

SAMEDI

9H30 - 10H45

ECOLE DE JUDO LEFEBVRE / DARBELET

Franck Lefebvre



06 73 24 31 51



franck_lefebvre@hotmail.fr



LE JUDO, PLUS Q'UN SPORT !

Le bien-être, la santé, l'amélioration et la conservation de ses capacités physiques sont des besoins essentiels pour tous. L'activité s'exerce dans une ambiance conviviale, accessible à toutes et tous selon son niveau.

Le Taïso est particulièrement recommandé pour les adolescents et les adultes. Les exercices sont adaptés, variés et progressifs. Ils améliorent la condition et les qualités physiques, la coordination, l'assouplissement, renforcent et développent harmonieusement les qualités musculaires.

Son enseignement est dispensé par des professeurs diplômés qui ont à cœur de faire progresser les pratiquants dans tous les domaines. Le club de judo est l'entité qui réunit des passionnés. L'activité se déroule dans un dojo, lieu de pratique et d'étude qui unit tous les judokas dans lequel des moments privilégiés sont partagés.

La Fédération Française de judo est une grande famille, qui fonctionne dans un esprit mutualiste.

Tous ses adhérents, quels que soient leur âge, leur niveau, leur fonction, sont associés aux résultats sportifs et aux projets de développement de la Fédération.



**ECOLE DE
JUDO**
LEFEBVRE & DARBELET
MONTAURoux



Le Judo. plus qu'un sport !