

# DOJO ANTIPOLIS VALBONNE

## JUDO JU-JITSU

(Self defense, à partir de 10 ans)

(Association Valbonnaise depuis 1983)

**2 COURS D'ESSAI  
GRATUITS**

*Reprise début septembre  
Une Pratique Martiale,  
un Art de Vie,  
un Sport Olympique.*



  
VALBONNE SOPHIA ANTIPOLIS

**ENFANTS A PARTIR DE  
4 ANS**

**TEL: 06 09 52 16 31 - 06 10 47 07 28**

[www.judo-valbonne.com](http://www.judo-valbonne.com)  
[www.facebook.com/DojoAntipolisValbonne](https://www.facebook.com/DojoAntipolisValbonne)  
[judovalbonne@hotmail.com](mailto:judovalbonne@hotmail.com)



# HORAIRES DES COURS

## Dojo municipal

185 avenue Georges Pompidou (Face à l'école de Garbejaire)

### Judo (Enfants, Adultes)

4/5 ans	mercredi	15h30 à 16h30
4/7 ans	mercredi	14h00 à 15h00
4/7 ans	lundi / mardi / vendredi	17h15 à 18h30
8/10 ans	lundi / mardi / vendredi	17h15 à 18h30
10/13 ans	mardi / vendredi	18h30 à 19h45
Adultes	mardi / vendredi	19h45 à 21h15
Entreprises	lundi	12h30 à 13h45

### Ju-jitsu (Self defense)

10/14 ans	mercredi	14h00 à 15h30
Techniques	mardi / vendredi	18h30 à 20h00
Fighting	mardi / vendredi	20h00 à 21h15

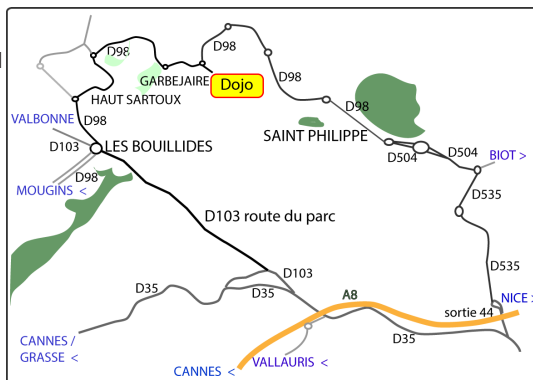
## Dojo Ile verte

Ecole de l'île verte

### Judo

4/5 ans	mercredi	16h00 à 17h00
5/6 ans	mercredi	17h00 à 18h00

Dojo Municipal  
185 Avenue Georges Pompidou  
06560 VALBONNE



[www.judo-valbonne.com](http://www.judo-valbonne.com)

[www.facebook.com/DojoAntipolisValbonne](https://www.facebook.com/DojoAntipolisValbonne)

[judovalbonne@hotmail.com](mailto:judovalbonne@hotmail.com)

06 09 52 16 31 - 06 10 47 07 28

