

JUDO  
ADULTES MIXTES  
SAISON 2021/2022

RE-INSCRIPTIONS :

**Samedi 28 août 2021 de 14h00 à 18h00**

(au sous-sol du dojo de Bourtzwiller)

**Cours à partir du jeudi 2 septembre 2021**

JUDO ju-jitsu  
Technique et compétition  
**CADETS(ES) + JUNIORS + SENIORS**

Mardi	⇒	de 19h00 à 21h00	Préparation physique
Jeudi	⇒	de 19h00 à 21h00	Entraînement Judo
Vendredi	⇒	de 18h30 à 20h00	Entraînement Judo, technique, kata
Samedi	⇒	de 18h30 à 20h00	(Spécifiques H-N, sur réservation ...)

FITNESS - TAISO - PILATES  
**TOUT PUBLIC**

Vendredi	⇒	de 19h00 à 20h00	<b>Assouplissement rythmé + relaxation</b>
----------	---	------------------	--

*Tous les cours et entraînements sont assurés par des enseignants et entraîneurs Diplômés d'Etat.*

→ Dojo "A" (Salle de Judo) : 6a, rue de la Tuilerie à Mulhouse/Bourtzwiller.

DOJO ANNEXES:

- **La Milhusina** (enfants) - 11 rue des Gymnastes, 68100 Mulhouse
- **Baldersheim** (enfants) - 34 rue de Bantzenheim 68390 Baldersheim

→ **Informations Judo** : Viviane Detterer ☎ 06 99 83 46 47  
E-Mail : [viviane.detterer@gmail.com](mailto:viviane.detterer@gmail.com)