



PARIS UNIVERSITE CLUB

l'Esprit Sports



JUDO

Dès 4 ans

2019-2020



www.puc.paris/judo

PLANNING ET LIEUX DES ENTRAÎNEMENTS

reprise le mardi 2 septembre 2019

Inscription dès le mois de juin 2019 en téléchargeant :

la procédure de demande de licence et le bulletin d'inscription 2019 | 2020 sur puc.asso.fr/judo

Dojo Charléty		
Baby judo - Judo - Self défense - Jujitsu - Katas		
SELF DEFENSE, REMISE EN FORME RENFORCEMENT MUSCULAIRE ados et adultes (femme et homme)	Mardi	19h30 à 20H45
ENTRAINEMENT DE MASSE JUDO (selon calendrier) - les informations vous seront envoyées par mail.		20h45 à 22h
BABY JUDO 4 - 5 ans	Mercredi	14h00 à 15h00
JUDO 6 - 8 ans		15h00 à 16h00
JUDO 9 - 12 ans		16h00 à 17h00
JUDO 13 - 16 ans		17h00 à 18h30
JUJITSU JUDO KATAS APPRENTISSAGE POUR PASSAGE DE GRADE Tout âge tout public		18h30 à 20h30
JUDO ados et adultes	Jeudi	19h30 à 21h00
JUDO 7 - 14 ans	Vendredi	18h00 à 19h00
JUDO ados et adultes		19h00 à 20h30
Gymnase Auguste Blanqui		
Judo - Baby judo - apprentissage de l'anglais		
BABY JUDO 4 - 6 ans <i>Apprentissage de l'anglais</i>	Mardi	17h15 à 18h15
JUDO 7 -14 ans <i>apprentissage de l'anglais</i>		18h15 à 19h30
Dojo Espace Sud Cité Universitaire		
Jujitsu Self défense - Katas - Baby judo		
JUDO 6 - 12 ans	Samedi	13h30 à 14h30
BABY JUDO 4 - 5 ans		16h30 à 17h30
Dojo Diderot		
Judo		
JUDO 6 - 12 ans	Samedi	13h30 à 14h30
BABY JUDO 4 - 5 ans	Dimanche	10h30 à 11h15

INFORMATIONS GENERALES

LES COURS SONT ASSURÉS PAR D'ANCIENS INTERNATIONAUX ET PROFESSEURS DIPLÔMÉS D'ÉTAT

Sport d'équilibre & de détente

Libère l'agressivité naturelle, permet d'acquérir la maîtrise et le contrôle de ses gestes au cours d'exercices sollicitant tous les muscles du corps.

Sport pour tous

Accessible à tous, quels que soient l'âge, le sexe ou les aptitudes physiques, grâce à un entraînement progressif : initiation, loisir, perfectionnement, compétition.

Sport de défense

Résister et riposter aux agressions avec efficacité.
Donne un sentiment de sécurité et de confiance en soi.

Encadrement de haut-niveau

Une équipe de professeurs brevetés d'état,
hauts gradés et internationaux assure une présence permanente

Dojo Charléty

Reprise le mardi 4 septembre 2018

17 avenue Pierre de Coubertin
75013 PARIS

Rer B Cité Universitaire
Tram T3 Stade Charléty
Bus 21 | 67 Stade Charléty

Dojo Espace Sud Ciup

Reprise le mardi 4 septembre 2018

17 boulevard Jourdan
75014 PARIS

Rer B Cité Universitaire
Tram T3 Cité Universitaire

Gymnase Auguste Blanqui

Reprise le mardi 4 septembre 2018

26 boulevard Auguste Blanqui
75013 PARIS

Métro l6 Corvisart
Métro l5 l6 l7 Place d'Italie
Bus 27 | 47 | 57 | 64 | 67 | 83

Gymnase Diderot

Reprise le mardi 4 septembre 2018

9 rue Croix de Jarry
75013 PARIS

Rer C | Métro l14 Bibliothèque F. Mitterrand
Tram T3 Avenue de France
Bus 64, 132 et 325 Bibliothèque F. Mitterrand
Bus 62 et 89 Porte de France

INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

Vous devez impérativement vous munir des documents suivants :

- 1 photos d'identité
- 1 certificat médical d'aptitude qui stipule que vous êtes apte à la **pratique du judo en COMPÉTITION**
- Le règlement intégral de votre cotisation
- La carte d'étudiant (si besoin)
- Le formulaire de licence FFJDA 2019- 2020 pré-rempli et téléchargeable sur le site de la F.F.J.D.A [FFJUDO.COM]

Le PUC accepte les Tickets Loisirs (CAF), les Coupons Sports (ANCV) et les Réduc'Sports pour les parisiens.

Vous avez désormais la possibilité de vous inscrire et de payer en ligne en allant directement sur la page : puc.paris/judo

Les **licences sont incluses** dans les tarifs ci-dessous :

Etudiants (-28 ans)	325 €
Enfants, adolescents et adultes Nouveaux	370 €
Enfants, adolescents et adultes renouvellement	350 €
Entreprises + BDE	275 €
Famille	310 € (dès le 1^{er} adhérent)
Self-defense, remise en forme, renforcement musculaire	200 €

CONTACT

PARIS UNIVERSITE CLUB



17, avenue Pierre de Coubertin
75 013 Paris
01 44 16 62 62

accueil@puc.asso.fr
www.puc.paris

Section Judo

pucjudo@puc.asso.fr
01 44 16 62 70

Ou directement sur les lieux et aux horaires d'entraînement.

 PUC-Paris Université Club  puc_1906  puc.paris  Paris université club

ACCES

RER B : Cité Universitaire
Tram 3 : Stade Charléty
BUS 21 et 67 : Porte de Gentilly

