



LE TAISO

ASVBD JUDO

www.judo-stjean21.com

TAISO et SELF DEFENSE

ENTRETIEN PHYSIQUE - CARDIO - RENFORCEMENT MUSCULAIRE
ASSOUPPLISSEMENT - RELAXATION - SAVOIR SE DEFENDRE !



PORTES OUVERTES

MARDI 28 NOVEMBRE

MARDI 5 DECEMBRE

SALLE D'ACTIVITES PHYSIQUES



ST JEAN DE LOSNE

19H30 A 21H00

