柔術

BUSHIDO ASBR

FF judo
Club affilié

Jiujitsu
Jiujitsu Brésilien

Professeur : Pierre GUITTENY
4ème Dan

- Se dépasser et repousser ses limites
- Développer sa puissance
- Apprivoiser son corps
- Renforcer son mental
- Apprendre à tomber et se relever
- Apprendre à se défendre

@BUSHIDOASBR

https://bushidoasbreze.ffjudo.com/
bushido.asbreze@gmail.com

Dojo des Cités Unies, 8 avenue Léon Blum. Rezé 44 400

体操

BUSHIDO ASBR

Taiso et Cross Training

- Reprendre le sport ou une activité physique
- Entretenir son corps et son esprit
- Mobiliser ses ressources physiques
- Développer sa souplesse
- Retrouver un équilibre corporel et psychique
- Se maintenir en forme

Dojo des Cités Unies, 8 avenue Léon Blum. Rezé 44 400

Bushido ASBR 2025 – 2026	Lundi	Mercredi	Jeudi	Samedi*	Tarif Annuel
Jiujitsu – Jiujitsu Brésilien					
Eveil Arts Martiaux (4-7 ans)	17h30 – 18h15	17h15 – 18h			155 €
Enfants (8-12 ans)	18h15 – 19h15	18h – 19h			185 €
Ados (13-17 ans)	19h15 – 20h45	19h – 21h	19h45 – 21h	10h – 12h	220 €
Adultes					
Taiso – Cross Training					
Taiso	20h45 – 22h		17h45 – 18h45	10h – 12h	180 €
Cross Training			18h45 – 19h45		

* Samedi cours libre avec présence d'un encadrant

Essai gratuit sur présentation de ce flyer