



C.A. PORTETS JUDO AÏKIDO



ÉCOLE DE JUDO

À partir de 3 ans
Vendredi de 17h15 à 18h00

De 4 à 5 ans
Mercredi de 17h30 à 18h15
et 18h30 à 19h15

De 6 à 7 ans
Lundi, Mardi et Jeudi
de 17h30 à 18h30

De 8 à 12 ans
Mardi et Jeudi de 18h30 à 19h30

JUDO

À partir de 13 ans

Mardi
de 20h15 à 21h15

Jeudi
de 19h30 à 21h00

TAÏSO

À partir de 13 ans

Mardi de 19h30 à 20h15
Cardio et Renforcement musculaire

Mercredi de 19h30 à 20h30
Renforcement musculaire et Posture

Vendredi de 18h30 à 19h30
Renforcement musculaire

AÏKIDO

À partir de 10 ans

Lundi
de 19h00 à 20h30

Vendredi
de 19h30 à 21h00

PEDIBUS

Possibilité de venir chercher votre enfant à la sortie de l'école de PORTETS



NOS PROFESSEURS



Guillaume SEVESTRE

Directeur pédagogique
Judo - Jujitsu - Taïso
Ceinture noire 6e DAN
BEES 2ème degré judo - jujitsu
Cadre technique régional
Formateur national FFJDA



Manon CARDOSO

Enseignante principale
Judo - Jujitsu - Taïso
Ceinture noire 1er DAN
BPJEPS judo - jujitsu
Compétitrice niveau national



Philippe LEON

Enseignant Aïkido
Ceinture noire 7e DAN
BEES Aïkido
Directeur technique régional

CONTACT

Mr Nicolas TEXIER
06 51 07 26 63
caportetsjudo@gmail.com

INSCRIPTION

Sur place toute la saison
- 2 cours d'essais gratuits
- Prêt de kimono possible

Salle polyvalente de PORTETS