

LE JIU JITSU BRÉSILIEN

TECHNIQUE, MAÎTRISE ET STRATÉGIE AU SOL

Le Jiu-Jitsu Brésilien est un art martial basé sur la technique, la stratégie et le contrôle au **sol**. Sans coups portés, il privilégie les projections, les immobilisations et les soumissions. Adapté à tous, ce sport développe la confiance en soi, la maîtrise du corps et l'esprit d'analyse.

Chaque entraînement est un défi physique et mental, où l'on apprend à utiliser la force de l'adversaire à son avantage. Accessible en loisir comme en compétition, le JJJB allie efficacité, respect et dépassement de soi.



CONTACT



01 75 66 04 36



cocourcouronnes.bureau@orange.fr



www.club-omnisports-courcouronnes.com



coc91080

Club Omnisports Courcouronnes



JIU JITSU BRÉSILIEN



ENTRAÎNEMENTS

 **Complexe Sportif du Lac**
Av. Pierre Bérégovoy, 91000 Évry-Courcouronnes

 **6 - 10 ANS**

Mercredi : 15h00 - 16h00

150€

 **11 - 14 ANS**

Mercredi : 15h00 - 16h00

150€



PLUS D'INFOS :

www.club-omnisports-courcouronnes.com

**POUR S'INSCRIRE
RENDEZ-VOUS SUR**



CODE CLUB :

COCOURCOURONNES

