



Viens nous découvrir !

**PORTES OUVERTES**

7 AU 9 AVRIL 2026

**AU COMPLEXE SPORTIF DE GUERLEDAN**



### **Cours de laïdo de l'école du CIJAM**

Le laïdo est l'art de dégainer le sabre

Tous les mercredis de 20h15 à 21h15

Cours dispensé par Denis Le Floch



### **Cours de Self défense féminin**

Tous les mercredis de 20h15 à 21h15

Cours dispensé par Céline Le Floch



### **Cours de Judo enfants et adultes**

**4-5 ans** le mardi de 17h30 à 18h30

**6-12 ans** le lundi 17h45-19h00 et le  
jeudi 17h30 -18h30

**Adulte** : le mardi 19h30-21h00

Cours dispensé par Denis Le Floch

### **Cours de ju jitsu adultes**

Le lundi 20h15-21h45

Le jeudi 19h30-21h00



### **Renforcement musculaire**

Le mardi et jeudi de 18h30 à 19h30

Cours dispensé par Denis Le Floch

Renseignement sur place ou au 06 03 10 82 86