

**CONDITIONS D'INSCRIPTION ET DE PAIEMENT** : A fournir à l'inscription : 2 photos et 1 certificat médical d'aptitude à la pratique choisie à renouveler chaque année, ainsi qu'une autorisation parentale pour les mineurs. Le règlement en plusieurs fois est accepté au moyen de remise d'un nombre de chèques identiques aux échéances convenues.

### Karaté Shotokan & Self-Defense

Katas de base, bunkai : lundi de 18:00 à 19:15		
Jean-Pierre VIGNAU 8 <sup>ème</sup> dan	mardi et jeudi	09:30 à 10:45
		15:30 à 16:45
		18:00 à 19:15
		19:15 à 20:30
	20:30 à 21:45	
	vendredi	18:00 à 19:15
Katas de base		
	samedi	10:30 à 12:00
Katas supérieurs <sup>1</sup>		12:00 à 13:00
COMBATS <sup>2</sup>		17:00 à 18:00
<b>Tarifs*</b>	Adultes	femmes, étudiants, fonctionnaires
1 an	510 €	460 €
3 mois	250 €	220 €
1 mois	100 €	90 €
1 an, ceintures noires	440 €	Cours à l'essai : 12 €
Licence fédérale & Inscription : 25 € / 25 €		

<sup>1</sup>: ceintures marrons à noires, <sup>2</sup>: ceintures vertes à noires

### Karaté Judo enfants (jusqu'à 15 ans)

2 cours par semaine + katas samedi à 10:30		
Vacances scolaires : mercredi et samedi, de 15:00 à 16:00		
Karaté enfants	lundi et mardi	17:00 à 18:00
4 à 6 ans	mercredi et samedi	13:00 à 14:00
5 à 8 ans		14:00 à 15:00
9 à 11 ans		15:00 à 16:00
12 à 14 ans		16:00 à 17:00
Karaté enfants	mercredi	10:30 à 11:30
Karaté enfants	jeudi et vendredi	17:00 à 18:00
Katas de bases	samedi	10:30 à 12:00
Licence fédéral et inscription : 25 € / 25 €		
<b>Tarifs*</b>	1 an : 325 €	3 mois : 145 €

### Cascades

Jean-Pierre Vignau, Grand Dojo			
Lundi et mercredi, de 18:00 à 19:15			
<b>Tarifs*</b>	1 an	1 séances	10 séances
Adultes	400 €	20 €	190 €
Enfants	390 €	Licence et inscription : 50 €	
<b>Tir à l'arc</b> samedi de 09:00 à 10:15, <b>Tarifs*</b> : 390 € l'année			

Jean-Pierre Vignau, Grand Dojo			
<b>Canne de combat</b> dimanche de 10:30 à 12:00, <b>Tarif*</b> : 150 € L'année			
<b>Full Contact</b> Dojo 2			
lundi (nouveau et débutant), mardi (tout niveaux, combat plein contact ) jeudi (confirmés) de 19:15 à 20:30			
<b>Tarifs*</b>	Licence fédérale : 30 €		
	1 an : 390 €	3 mois : 180 €	1 mois : 80 €

### Nin-Jutsu

Jean-Pierre Vignau, Grand Dojo		
mardi et jeudi, de 20:30 à 22:30		
<b>Tarifs*</b>	Adultes	Etudiants et chômeurs
1 an, 2 cours par semaine	450 €	400 €
1 an, 1 cours par semaine	380 €	350 €
3 mois, 2 cours par semaine	200 €	190 €
3 mois, 1 cours par semaine	150 €	140 €
Licence fédérale : 42 €		

Jean-Pierre Vignau, Grand Dojo	
<b>Viet-Vo-Dao</b> Dojo 1	
lundi, mercredi (cours avancés) et vendredi, de 20:30 à 22:30	
<b>Tarifs*</b> : Droit d'entré : 10 €, cotisation annuelle : 30 €, Licence fédérale (non obligatoire): 33 €, 1 an : 350 €, étudiants de moins de 25 ans : 300 €	

Jean-Pierre Vignau, Grand Dojo		
<b>Méditation &amp; Bio-Energie</b> Grand Dojo		
Lundi de 12:00 à 13:00	Cathy Collot	<b>Tarif*</b> : 36 € par mois

### Aïkido/Aïki-Jutsu JuJutsu Takeda Ryu

Jean-Pierre Vignau, Grand Dojo			
AïKIDO	19:15 à 20:30	lundi	Renaud Seguin
AïKIDO, armes	20:30 à 21:30		
AïKIDO	19:15 à 20:30	mercredi	
<b>Tarifs*</b>	1 an	3 mois	1 mois
Adultes	340 €	145 €	50 €
Enfants	290 €	110 €	40 €
Inscription + licence fédérale : 60€		Cours à l'essai : 12€	

Jean-Pierre Vignau, Grand Dojo	
<b>Tae-Kwon-Do</b> Dojo 2	
mercredi et vendredi, de 20:30 à 22:00	
<b>Tarifs*</b> : Licence fédérale : 60 € + 20 € (cotisation), 1 an : 388 €, cours à l'essai : 12 €	

Jean-Pierre Vignau, Grand Dojo	
<b>American Kenpo</b> Dojo 1	
mercredi et vendredi de 19:15 à 20:30	
<b>Tarifs*</b> : Licence fédérale : 37 €, 1 an : 400€, 1 mois 150 €	

Jean-Pierre Vignau, Grand Dojo			
<b>Musculation + Gym</b> Grand Dojo			
<b>Musculation</b> : du lundi au vendredi, de 09:30 à 21:30, samedi, de 10:00 à 18:00			
<b>Gym, Tonification musculaire, Abdos-fessiers, Stretching</b> : mardi et jeudi, de 11:45 à 13:00			
<b>Tarifs*</b>		Assurance : 25 €	
Non adhérent	400 € <sup>(a)</sup> / 510 € <sup>(b)</sup>	6 mois	250 € <sup>(a)</sup> / 280 € <sup>(b)</sup>
Spécial parent d'élève	350 €	3 mois	130 € <sup>(a)</sup> / 150 € <sup>(b)</sup>
Adhérent Karaté Shotokan : 150 €		1 mois	70 € <sup>(a)</sup> / 80 € <sup>(b)</sup>

(a) : en journée, de 09:30 à 17:30 - (b) : en soirée, de 17:30 à 21:30

Jean-Pierre Vignau, Grand Dojo	
<b>Grappling</b> Grand Dojo	
mercredi : 18:00 à 19:15, vendredi : 19:15 à 20:30, dimanche : 13:30 à 15:30	
<b>Tarif*</b> : 300 € l'année, 150 € l'année le dimanche uniquement	

**\* : AUCUN REMBOURSEMENT N'EST POSSIBLE SUR NOS TARIFS\***