



lokkan ©

### Les tarifs

Cours débutants enfants 120 francs et 30 francs d'inscription

Cours débutants adultes 150 francs et 30 francs d'inscription

Pour plus de détails, voir [www.jkc.ch](http://www.jkc.ch)

Boutique à disposition pour l'achat de  
kimonos neufs ou d'occasion



J U D O  
K A R A T É  
J U - J I T S U

Nous invitons toutes les personnes  
intéressées à venir nous rendre visite.

Il est possible de faire chez nous 3 leçons  
d'essai.

A prendre avec soi :

- un vieux training
- une paire de pantoufles
- un linge
- des affaires pour la douche

Une fois inscrit, on peut pratiquer tous les  
sports proposés dans le club, pour autant  
qu'on ait l'âge requis.

Judo-Karaté Club  
Ju-jitsu  
Blaise-Cendrars 3  
CP 4023  
2304 La Chaux-de-Fonds  
info@jkc.ch  
Tél. 032 926 87 23

[www.jkc.ch](http://www.jkc.ch)



J U D O  
K A R A T É  
J U - J I T S U

# On peut tout essayer,

MAIS ON PEUT AUSSI CHOISIR !!!

## UN CLUB, 3 SPORTS, UN CLUB DYNAMIQUE !

### LE CLUB, C'EST

- 300 MEMBRES ACTIFS
- 30 COURS PAR SEMAINE
- 3 SECTIONS
- 15 MONITEURS FORMÉS J&S
- 10 MONITEURS FORMÉS J&S KIDS
- 3 MONITEURS ESA



### Ju-jitsu

Le ju-jitsu est une méthode de self-défense qui trouve ses origines dans l'enseignement des samouraïs. Pratiquées à mains nues, ces techniques sont efficaces. Le ju-jitsu permet d'acquérir de l'assurance et constitue également une bonne école de vie.

Contact :

Cédric Frère de Subreville : 079 542 25 46

Horaires débutants à La Chaux-de-Fonds

Mercredi	17h00	8 à 14 ans
Mercredi	20h00	Dès 14 ans

Horaires débutants à Fontainemelon

Mardi	19h30	Dès 14 ans
-------	-------	------------



### Karaté Shotokan

Le karaté est un art martial qui se pratique à mains nues. Il est à la fois une technique d'auto-défense et de combat. Il apprend la maîtrise de soi, la coordination, le contrôle de la respiration.

Plus : Accès à la compétition

Contact :

Marcus Fidanza : 079 305 06 53

Horaires débutants à La Chaux-de-Fonds

Mardi et jeudi	18h15	6 à 14 ans
Mardi et jeudi	19h15	Dès 14 ans



### Judo

Le judo est un excellent sport pour le développement personnel et physique. Petit, grand, épais, fluet, fille, garçon, tout le monde peut y trouver du plaisir. Par les jeux de lutte, on apprend à mieux respecter son adversaire, à mieux connaître ses limites et ses capacités.

Plus : Accès à la compétition

Contact :

Secrétariat : 032 926 87 23 / 079 765 07 31

Horaires débutants à La Chaux-de-Fonds

Lundi	16h15	4,5 à 6 ans
Lundi	18h00	10 à 13 ans
Mercredi	14h00	6 à 9 ans
Mercredi	18h30	Dès 14 ans
Jeudi	17h00	Spécial filles
Vendredi	17h15	6 à 9 ans

Horaires débutants à Fontainemelon

Lundi	15h45	6 à 9 ans
Mardi	16h	6 à 9 ans
Mardi	17h00	Spécial filles
Jeudi	16h00	4,5 à 6 ans
Jeudi	17h00	Dès 10 ans

CONTACT  
[info@jkc.ch](mailto:info@jkc.ch)