



JUJITSU

Prolongement naturel de la pratique du Judo, le Jujitsu est une **méthode de défense** fondée sur le contrôle de soi et de l'adversaire.

De **tradition martiale**, car utilisé par les samouraïs lors des combats à mains nues, le Jujitsu est aujourd'hui un **sport à part entière, accessible à tous.**



Véritable méthode de self-défense, **spectaculaire, efficace et attrayante**, la pratique du Jujitsu **exclut la brutalité**, et vous permet d'améliorer votre condition physique et de développer vos aptitudes à répondre à toute agression.



Ce sport est avant tout une relation fondée sur **l'entraide mutuelle**, condition essentielle pour la progression.

Cet échange permet une meilleure compréhension de chaque geste, de chaque action.

Le Jujitsu, l'art du partage

柔術



Rejoignez-nous !

CONVIVIALITE

ESPRIT D'EQUIPE

ACCESSIBLE A TOUS



Le Jujitsu est enseigné dans notre club
le **lundi de 20 h à 22 h**

N'hésitez pas à venir pratiquer une séance d'essai !

(âge minimum requis, 14 ans)

Pour tout renseignement complémentaire :
etoilejudogenlis21@gmail.com

柔術