

Cousance

Des séances gratuites pour découvrir le judo

Le Judo-Club Cousançois organise quatre séances gratuites afin de faire découvrir au dojo de la commune les 10, 17, 23 et 31 janvier.

De 16 h 30 à 17 h 30 pour les 4-7 ans, de 17 h 30 à 18 h 30 pour les 8-10 ans et de 18 h à 19 h 30 pour 11 ans et plus. Le club organise également des

séances gratuites de self-défense adultes les 12, 19, 26 janvier et le 2 février toujours au dojo communal de 18 à 20 heures.

Pour rappel, le judo est un art martial, créé au Japon en 1882 par Jigorō Kanō en tant que pédagogie physique, mentale et morale.

| Contact : 06.81.82.59.52.