



# Club de Karaté de Jouy en Josas

**ADOLESCENTS - ADULTES**

**Lundi et Jeudi de 20h à 22h**

## Pratique du Karaté jutsu wado-ryu

Apprentissage des techniques d'une forme de karaté pieds-poings comprenant toutes les phases des systèmes de combat ancien :

- Le combat à mi-distance, attaques et défenses
- Le corps à corps avec enchaînement au sol
- Contrôle de l'adversaire à l'aide de clés et de projection

L'apprentissage du combat se réalise progressivement, dans le respect de l'intégrité physique et des capacités de chacun. Le passage de ceinture reste optionnel

Le pratiquant acquiert ainsi **technique, maîtrise de son corps et des ses capacité, et confiance en soi**



**Possibilité de cours d'essai**

**Certificat Médical d'aptitude à la pratique du Karaté**

### **LIEU D'ENTRAINEMENT**

**DOJO DU C.S.A**  
35 rue St Roch  
78350 JOUY EN JOSAS

**Karaté Nihon Bu Jutsu Europe**

[karatejouy@gmail.com](mailto:karatejouy@gmail.com)  
<http://karatejutsu-wadoryu-jouyenjosas.fr>

**Philippe AYMOND**

**Directeur Technique et Professeur BE 2<sup>ème</sup> degré**  
**Psychomotricien**  
**06.60.70.49.50**