

Taekwondo

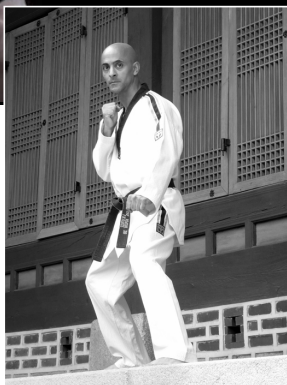
L'art martial et le sport de combat olympique des petits et des grands, filles et garçons.



A partir de 6 ans
Contact : 06 60 40 16 70

Le Taekwondo, art martial et sport olympique, est enseigné aux enfants de manière éducative et ludique.

Ils apprennent le respect, l'entraide et la discipline, développant ainsi leur confiance en eux et les relations avec les autres.



avec Houcine MEZAACHE, 5ème Dan
Professeur depuis + de 25 ans à Ecully,
Ex-entraîneur de l'Equipe de France,
7 fois vainqueur de la Coupe de France
Préparateur physique diplômé

MILLENNIUM DOJANG

Gymnase des Cerisiers - Rue Jean RIGAUD, 69130 ECULLY

Tel : 06 11 07 63 09 millenniumtkd@hotmail.fr

Krav Maga

Le niveau ultime de la self-défense



A partir de 14 ans
Contact : 06 60 40 16 70

Le Krav Maga est un des systèmes d'auto-défense le plus reconnu et le plus efficace au monde.

C'est une méthode de défense moderne éprouvée dans des situations réelles. Il enseigne, de façon simple à faire face à une violence croissante tout en développant la condition physique.



MILLENNIUM DOJANG

Gymnase des Cerisiers - Rue Jean RIGAUD, 69130 ECULLY

Tel : 06 11 07 63 09 millenniumtkd@hotmail.fr