



# Club de Karaté de Jouy en Josas

**ADOLESCENTS - ADULTES**

**Lundi et Jeudi de 20h à 22h**

**Samedi de 14h à 15h30**

**KARATE JUTSU Wado-Ryu** : forme de karaté pieds-poings comprenant des techniques de combat à mi-distance, du corps à corps avec contrôle de l'adversaire à l'aide de clés et de projections.

**KOBU JUTSU** : Art martial basé sur l'apprentissage du maniement des armes japonaises traditionnelles : **Nunchaku, Bo, Tambo, Tonfa, Boken**

**NIHON BU JUTSU (Self Défense japonaise)** : techniques de défenses dérivées du karaté jutsu, du jujitsu ancien, basées sur l'esquive et l'utilisation de l'énergie de l'adversaire. Des stages complémentaires sont prévus sur la saison.

L'apprentissage de ces disciplines 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 de ses capacités, confiance en soi** en alliant **évolution mentale, technique et physique**



## Possibilité de cours d'essai

### LIEU D'ENTRAÎNEMENT

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

**Karaté Nihon Bu Jutsu Europe**  
[karatejutsu-jouyenjosas.fr](http://karatejutsu-jouyenjosas.fr)

**Philippe AYMOND – 6<sup>ème</sup> DAN FEKAMT**  
Directeur Technique et Professeur BE 2<sup>ème</sup> degré  
Psychomotricien - 06.60.70.49.50