

Le Dojo Vitréen regroupe plusieurs sections.

Les passerelles sont possibles entre les cours des différentes salles afin de proposer un vaste choix de créneaux horaires et de lieux.

Les cotisations comprennent: la licence fédérale, l'adhésion à l'association et les cours à l'année.

Baby judo 4 ans : 102 €

Judo enfants 5 à 9 ans : 120 €

Judo ados loisir ou compétition 10-14 ans : 140 €

Judo adultes loisir ou compétition 15 ans et + : 150 €

Jujitsu self-défense : 140 €

Taiso Gym-loisir: 105 €

**Certificat médical obligatoire pour les nouveaux membres, et pour les compétiteurs.**

Club affilié à la jeunesse et sport : Chèques vacances, coupons sports acceptés. Possibilité de paiement par chèques en 3 fois. Réduction famille à partir de la 2ème inscription.

**En septembre : 2 cours d'essai gratuits**

Renseignements sur les horaires des permanences d'inscription et documents à fournir sur [www.dojovitreten.com](http://www.dojovitreten.com)

@: dojovitreten@gmail.com

Téléphone: **Cyril Diné 06 70 34 54 04**

Philippe Denéchère (président) 06 99 89 77 50

### Le Judo

Devenir plus adroit, plus souple, plus fort, mais aussi apprendre à respecter des règles, découvrir l'entraide, évaluer ses forces et ses faiblesses pour progresser, tels sont les enseignements du judo, le sport qui aide à s'épanouir.

### Le Taïso

« Préparation du corps en japonais » Le taïso s'exerce dans une ambiance conviviale, accessible à toutes et tous selon son niveau. Il améliore la condition physique, la coordination, l'assouplissement, renforce et développe harmonieusement les qualités musculaires

### Le Jujitsu

Prolongement naturel de la pratique du Judo, le Jujitsu est un art basé sur la défense, qui exclut le risque, mais nécessite un véritable engagement du corps et de l'esprit. Le Jujitsu est une méthode de défense fondée sur le contrôle de soi et de l'adversaire.

### Des éducateurs diplômés et qualifiés

Les éducateurs du Dojo Vitréen et des différentes sections sont titulaires du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif

**Cyril Diné, (Directeur Technique) Ceinture noire 4ème Dan**

Titulaire du BEES 1er degré

Agrée Education National

En Charge des clubs de Vitré et Chatillon en Vendelais

Coordinateur des sections et suivi compétitions

**Emmanuel Brard - Ceinture noire 2ème Dan**

En formation BJEPS

En Charge des clubs de Vitré, Bais et Val d'Izé



Baby judo (dès 4 ans)

Judo enfant ( 5 – 9ans)

Judo jeune loisir ou compétition (10 - 13 ans)

Adulte loisir ou compétiteur (14 ans et +)

Jujitsu, (Self Défense) (14 ans et +)

Taiso, (Gym entretien) (14 ans et +)

Club affiliées à la FFJDA

Dojo Vitréen (Vitré) - Section Marpiré - Section Bais -  
Section Châtillon en Vendelais - Section Val d'Izé

## Dojo Vitréen Vitré

**Lieu :** 5 allée de la Hodeyère 35500 Vitré.

(Près de la caserne des pompiers et la maison de l'enfance)

### Horaires:

**Baby judo 4 ans :** Samedi de 10h30 à 11h30

**Judo enfants 5 ans :** Mercredi 13h30 à 14h30  
Samedi 11h30 à 12h30

**Judo enfants 6 ans :** Lundi 18h à 19h  
Mercredi 14h30 à 15h30

**Judo enfants 7- 8ans :** Lundi 19h à 20h  
Mercredi 15h30 à 16h30

**Judo enfants 9 à 12 ans  
et ado :** Mercredi 17h à 18h15  
Vendredi 17h à 18h15

**Judo ado 13 à 15 ans:** Mercredi 18h15 à 19h45  
Vendredi 18h15 à 19h45

**Adultes Loisir  
et Compétition :** Mercredi 19h45 à 21h15  
Vendredi 19h45 à 21h15

**Jujitsu, Self Défense :** Lundi 20h à 21h

**Taïso Gym :** Mercredi 10h30 à 11h30,  
Samedi 9h15 à 10h15

## Section Marpiré

**Lieu :** Salle de Sport de Marpiré  
Rue des Prunelles 35 520 MARPIRE (Près de la Mairie)

**Référent section :** Coralie Teveu 06 03 72 43 79

### Horaires:

**Baby judo 4 à 6 ans :** Jeudi de 17h15 à 18h15

**Judo enfants 7 à 10 ans :** Jeudi 18h15 à 19h15

**Taïso Gym adultes Loisirs :** Jeudi 19h15 à 20h15

## Section Bais

**Lieu :** Salle de Sport  
Rue du Trésor 35 680 BAIS (Près de l'école Publique)

[www.dojovitrean.com /section Bais](http://www.dojovitrean.com/section/Bais)

### Horaires:

**Judo enfants 4 à 6 ans :** Mercredi 16h30 à 17h30

**Judo enfants 7 à 9 ans :** Mercredi 17h30 à 18h30

**Judo enfants 10 à 16 ans :** Mercredi 18h30 à 19h30

**Taïso Gym adultes Loisirs :** Mercredi 19h30 à 20h30

## Section Chatillon en Vendelais

**Lieu :** Salle de Sport  
Complexe Sportif du Lac 35 210 CHÄTILLON-EN-V

**Référent section :** Steven Sandras 06 61 41 11 00

### Horaires:

**Baby judo 4 à 6 ans :** Mardi de 17h à 18h

**Judo enfants 7 à 9 ans :** Mardi 18h15 à 19h15

**Judo enfants 9 à 11 ans :** Mardi 19h15 à 20h15

## Section Val d'Izé

**Lieu :** Salle de Sport  
Rue du Château 35 450 VAL D'IZE

[www.dojovitrean.com /section Val d'Izé](http://www.dojovitrean.com/section/Val%20d'Ize)

### Horaires:

**Baby judo 4 et 5 ans :** Jeudi de 17h à 18h

**Judo enfants 6 à 8 ans :** Jeudi 18h à 19h

**Judo enfants 9 à 12 ans :** Jeudi 19h à 20h

### **Des passerelles sont possibles entre les salles**

Les enfants de 4 ans disposent d'une heure /semaine de cours.

Les enfants de 5 ans et + peuvent effectuer une deuxième séances /semaine dans la salle de leur choix.

Les ados compétiteurs et loisirs ( 10 ans et +) inscrit dans une section peuvent intégrer les cours de Vitré, de Bais ou de Val d'Izé puis Vitré pour les 14 ans et +