



JCM



FORUM VIRTUEL 2020

NOM DE L'ASSOCIATION : OJCM

CATEGORIE : SPORTS D'ENTRETIENS, DE COMBAT ET SPIRITUALITÉ DÈS 2 ANS

(Multi Activités, Sports Nautiques et Aquatiques, Sports Combat, Sports Entretien, Sports sur route et nature, Sports Scolaire, Sports Collectifs, Sports petites boules/balles, Sports Expressions corporelles diverses, Culture Patrimoine, Jeunesse, Humanitaires/Sécurité/Solidarité, Associations patriotiques, Nature/Animaux/Environnement, Loisirs et Amicales.)

BUREAU DE L'ASSOCIATION

Président(e)	Audirac Olivier
Trésorier(e)	Carrega Aude
Secrétaire	Couques Sandra

COORDONNÉES DE L'ASSOCIATION

Mail : ojcm.info@gmail.com téléphone :0637883524

Site Internet : ojcm.fr

Page Facebook : Club OJCM Sport et Spirit

SECTION / ACTION / MISSION

Section petite enfance 2/5 ans , activités motrices et préparation aux arts martiaux. Section Jeunesse 6/14 ans : Multiples Arts Martiaux et Taïso. Ado : Sambo combat. Adultes : MMA, juji-tsu brésilien et fighting, Sambo, Cross training, Gym Taïso, Éveil spirituel

TRANCHE D'ÂGE ADHÉRENTS	LIEU D'ACCUEIL	JOUR ET HORAIRES
Dès 2 ans	La plaine du Lac Sud, hameau du lac 11130 Sigean	Du lundi au vendredi voir planning

MODALITES D'INSCRIPTION : dossier à retirer, télécharger...

Dossiers à retirer sur place ou télécharger

TARIF / COTISATION : enfants 150 euros assurance et adhésion incluses, Ado/Adultes : 150€ :1 cours sem, 200€ : 2 cours sem, 300€ plein accès

OBSERVATION /REMARQUE

Journée portes ouvertes le 5 Septembre,

Semaine d'essais du 7 au 11 septembre

Planning des activités

Lundi

9h30-10h30 : Gym Taïso
18h15-19h15 : MMA Ados
19h15-20h00 : Cross training
20h00-21h00 : MMA
19h30-20h45 : Éveil Spirit

Mardi

18h15-19h15 : Sambo sportif
19h15-20h00 : Cross training
20h00-20h45 : Sambo combat

Mercredi

9h30-10h15 : Baby Éveil 2 ans
10h15-11h00 : Baby Warrior 3 ans
11h00-11h45 : Kid Warrior 4 ans
11h45-12h30 : Budo Warrior 5 ans
12h30-13h00 : Cross training
13h00-13h30 : Self-défense
14h30-16h00 : Grappling – lutte / taïso
6/8ans
15h30-17h00 : Jujitsu combat /taïso
9/11 ans
17h00-18h00 : Sambo Sportif 12/14 ans
19h00-20h00 : Jujitsu Combat
20h00-21h00 : Jujitsu Brésilien
Grappling/ Ne-waza

Jeudi

9h30-10h30 : Gym Taïso
18h15-19h15 : MMA Ado
19h15-20h00 : Cross training
20h00-21h00 : MMA Pieds-poings

Nous Contacter

06.37.88.35.24
Ojcm.info@gmail.com
Ojcm.fr



Club OJCM
Sport et Spirit



Votre club de sport

Arts Martiaux
Cross training
Self défense
Gym Taïso
Spirit

Enfants dès 2 ans



Nos disciplines Ado/ Adultes

MMA (Mixed martial art)

Sambo Combat et Sportif

Grappling/Ne-Waza

Jujitsu Brésilien

Jujitsu Fighting

Self défense/ Taïso

Gym Taïso

Eveil Spirit

Cross Training/Musculation

Préparation Physique



**Nos Activités enfants dès
2 ans**

Baby Éveil

Baby Warrior

Kid Warrior

Budo Warrior



Grappling/lutte

Jujitsu Fighting

Taïso

Sambo Sportif

Nos tarifs

Enfants et près-ados :

Tarif unique de 150€ adhésion et assurance incluse

Ados/Adultes toute section :

**1 séance semaine :
150€ adhésion et assurance incluse**

**2 séances semaine :
200€ adhésion et assurance incluse**

Full pack :

300€ Accès à toutes les sections (Adultes)

Réductions pour couples, familles nombreuses, étudiants, carte dédic, acti-city...





FICHE
INSCRIPTION/
ADHESION
ANNEE 20... -20...



INFORMATIONS PERSONNELLES

NOM:		PRENOM:	
DATE DE NAISSANCE:	JOUR:	MOIS:	ANNEE:

ADRESSE:			
CODE POSTAL:		COMMUNE:	
TELEPHONE:	FIXE:	PORTABLE 1:	PORTABLE 2:
E-MAIL:			

TYPE D'ACCES		
DISCIPLINE AU CHOIX :	NOMBRE DE SEANCES :	MULTI PASS :

Pièces à joindre obligatoirement :

- Une photo d'identité (par mail)
- Le règlement
- Le certificat médical de non contre indication à la pratique de toutes activités physiques et sportive + une par discipline pour les compétiteurs.

DATE D'ADHESION :	SIGNATURE DU OU DES REPRESENTANTS:

OJCM

Téléphone : 06.37.88.35.24

Mail : ojcm.info@gmail.com