



SHINDAI-DO

L'équilibre du corps et la force de l'esprit

LE SHINDAI-DO, UN ART MARTIAL QUI DÉVELOPPE...

La confiance en soi
L'estime de soi
L'équilibre
Le courage

Affiliation à la FFST,

agrée par le Ministère des Sports et membre du
Comité National Olympique et Sportif Français.

N° d'agrément 13056 du 15.06.1953

Shindai-do 66 - 948 chemin de la Fauceille - 66000 Perpignan

www.shindai-do.com

LE SHINDAI-DO, UN ART MARTIAL QUI...

- Améliore votre sommeil
- Allège vos angoisses
- Calme vos colères
- Dissipe vos peurs

Cours à la portée de tous, de l'enfant au sénior.

Deux cours de découverte offerts sur présentation de ce flyer.

INFORMATIONS ET RENSEIGNEMENTS

Shindai-do 66

948 Chemin de la Fauceille
66000 Perpignan

 shindai-do66@orange.fr

 06 24 09 19 79

 www.shindai-do.com

PLANNING DES COURS 2019 - 2020

LUNDI	MARDI	MERCUR.	JEUDI	VENDR.	SAMEDI
			8H30 9H30 Adaptation Niveau 3		
		9H15 10H15 Niveau 1	9H45 10H45 Adaptation Niveau 2	9H15 10H15 Niveau 1	
		10H30 11H30 Niveau 2	11H 12H Adaptation Niveau 1	10H30 11H30 Niveau 2	9H30 12H Enfants (mensuel)
12H25 13H25 Entreprises *	12H15 13H15 Niveau 1		12H25 13H25 Entreprises *		
18H25 19H25 Niveau 1	18H30 19H30 Niveau 1		18H30 19H30 Niveau 1		
19H30 20H30 Niveau 1	19H45 20H45 Niveau 1		20H - 21H30 Moniteurs	18H30 19H30 Création	

* en alternance