



NIHON TAÏ JITSU - S.A.R.C

Le **Nihon Tai Jitsu** est issue du Ju-Jitsu japonais. Elle allie à la fois le traditionnel et la self-défense à travers des techniques de frappes, clés ou projections... Le Principe étant que tout à chacun puisse trouver les techniques lui correspondant.

Le **S.A.R.C**, ou **Système d'Action Rapide de Contrôle**, vise à optimiser ses capacités en situation d'agression, à travers des mouvements instinctifs les plus réalistes possibles. Travail sur la stratégie du placement et de la gestion de son stress. Règle n°1: S'en sortir le plus rapidement possible. Règle n°2: Utiliser tous les moyens; on frappe, on projette; on mord...

Inscriptions

Au Dojo des Grésillons. Pour le Nihon Tai Jitsu, à partir de 18h00 les jours d'entraînements (Kimono blanc et ceinture blanche). Pour le S.A.R.C, à partir de 19h45 les jours d'entraînements (Tee-shirt et pantalon de kimono noir).

Pièces à fournir

- 1 Certificat médical d'aptitude aux Arts Martiaux.
- 2 Photos d'identité.
- 1 Fiche de renseignements (formulaire fourni).
- 1 Autorisation parentale pour les mineurs (formulaire fourni).

Cotisations

Âge	Anciens Adhérents	Nouveaux Adhérents
Nihon Tai Jitsu		
Moins de 13 ans	165 €	180 €
Plus de 13 ans	185 €	200 €
S.A.R.C		
Plus de 18 ans	185 €	200 €
Nihon Tai Jitsu + S.A.R.C		
Plus de 18 ans	250 €	290 €

Entraînements

Mardi & Jeudi	de 18h30 à 22h00
Samedi	9h00-12h00

Pour plus d'informations consulter le site internet de la section

www.ntj-sarc-genevilliers.fr

ou contacter la Maison des Sportifs au 01.41.21.22.60