

Communiqué de presse : 28.10.2024

Judo Club Montreux fait partie des Open Dojo Days

Des leçons de judo & ju-jitsu gratuites dans toute la Suisse. C'est possible grâce à l'initiative des Open Dojo Days dans toute la Suisse. Chez Judo Club Montreux, il est également possible de s'initier durant la semaine du 11 au 17 novembre 2024.

Dans le cadre de l'initiative nationale des « Open Dojo Days », le JCM propose des leçons d'essai gratuites de judo et de ju-jitsu. Cette action nationale vise à rendre les arts martiaux accessibles à un public plus large, en particulier les disciplines comme le judo et le ju-jitsu qui ne sont pas quotidiennement sous les feux de la rampe.

Des clubs de toute la Suisse participent avec des offres individuelles afin de permettre aux personnes intéressées de découvrir les valeurs de ces sports - comme le respect, l'amitié et l'affirmation de soi. Il ne s'agit pas seulement d'être en forme physiquement, mais aussi de promouvoir des valeurs sociales importantes.

Au JCM, les participants peuvent découvrir comment les arts martiaux renforcent à la fois l'esprit et le corps. Ces offres offrent un espace pour découvrir de nouvelles capacités et pour se développer dans un environnement respectueux.

Le judo et le ju-jitsu offrent un mélange équilibré d'exercice physique et de force mentale, ce qui rend ces disciplines particulièrement précieuses. Les « Open Dojo Days » permettent désormais de s'immerger dans cet univers sans engagement et de faire partie d'une communauté qui allie sport et valeurs.

Les personnes intéressées peuvent s'informer directement auprès du Judo Club Montreux sur les horaires exacts des cours et l'offre proposée.

Pour plus d'informations :

- Judo Club Montreux, Avenue Nestlé 15 - 1820 Montreux
- www.judoclubmontreux.ch
- Informations générales : www.opendojodays.ch
- Images & vidéos : https://bit.ly/ODD_PR

