



STAGE JUDO TAÏSO

**Judo Taïso santé
de 10 h à 12 h :
ouvert à tous**

**Du Taïso au Jud'Optimal
de 13 h 30 à 16 h : judokas
à partir de minimes**



Stage animé par Marie-Paule PANZA, CN 8ème Dan, trophée du meilleur professeur de France 2018. Vice-Championne du Monde, plusieurs fois Championne de France Universitaire. Professeur de Judo, Tai Chi, Qi Gong, Musculation



19 octobre 2025



Dojo Roux

50 avenue de la Libération
54190 Villerupt



**25 € la demi-journée /
40 € la journée complète**

Prévoir tenue de sport (débutants),
judogi (judokas), gourde,

Inscription



<https://forms.gle/zqQKvh>