

Published on *Cormeilles-en-Parisis* (<https://www.ville-cormeilles95.fr>)

[Accueil](#) > ACSC Judo Jujitsu Taiso

---

Le judo-jujitsu, art martial le plus développé dans le monde, est un sport pour tous. Les cours sont organisés en fonction de l'âge et du niveau des pratiquants, par des professeurs diplômés d'état dont une championne du monde 2002 de jujitsu duo système (Patricia Floquet).

**Contact :**

Régine Roucou

**Téléphone :**

06 22 45 93 12

**Courriel :**

[acsc.judo@club-internet.fr](mailto:acsc.judo@club-internet.fr) <sup>[1]</sup>

Cours de Cardio-Fight : mix de step et de body fight.

Cours de Taiso : méthode moderne d'entraînement construite à partir d'exercices traditionnels (ballon, bâton, élastique).

Objectifs : augmentation de la souplesse et renforcement musculaire.

Les cours sont accessibles à partir de 3 ans et demi (cours parents-enfants) afin de passer un moment privilégié avec son enfant.

**Où ? :**

Complexe sportif Léo Tavares  
95240 Cormeilles-en-Parisis

---

**Source URL:** <https://www.ville-cormeilles95.fr/association/acsc-judo-jujitsu-taiso>

**Liens**

[1] <mailto:acsc.judo@club-internet.fr>