



**Shinbudo**  
martial arts academy  
**Onex**

# SHINBUDO Onex

## Jiu-Jitsu brésilien

Art de combat au sol provenant du Brésil

## Judo

Art de combat ancestral japonais

## Muay-Thaiï

Art de combat rapproché séculaire de Thaïlande

## Krav Maga

Qui veut dire «combat rapproché» en hébreu, est une méthode d'autodéfense israélienne

## Taekwondo

Art martial coréen qui se traduit par «la voie du pied et du poing»

## Capoeira

Art martial brésilien qui puise ses racines dans les danses africaines des esclaves du Brésil

## Hapkido

Art martial coréen basé sur les techniques de jambes et de luxations

## Kinomichi

Le Kinomichi est un art du mouvement d'origine japonaise qui s'inscrit dans la tradition du budo

## Autodéfense séniors

Techniques douces tirées des arts martiaux. Destiné aux séniors pour acquérir mobilité, stabilité et confiance en soi

## Renseignements

Secrétariat: 022 792 00 13

Ouverture de 8h à 13h30 (lu, ma, je)

info@shinbudo-onex.ch

www.shinbudo-onex.ch

## Equipements

Protections suivant la spécialité (vous sera spécifié durant le cours)

La tenue, et les protections vous seront spécifiées durant le cours

## Inscription, prix & horaires

Informations sur notre site internet [www.shinbudo-onex.ch](http://www.shinbudo-onex.ch)

ou sur place (2 essais gratuits).

Cours et pratique des arts martiaux pour adultes et enfants, débutants ou avancés

## Renseignements

Secrétariat: 022 792 0013

022 788 8060

Ouvert les lundis, mardis et jeudis de 8h à 13h30

info@shinbudo-onex.ch

www.shinbudo-onex.ch

## Lieu

Shinbudo Onex

Ecole Onex Parc - Devant entrée C

1213 Onex

**Accès au dojo par  
la rue des Bossons**

