

ESCRIME JAPONAISE À GENÈVE

Apprendre le respect
Affiner sa technique
Cultiver un esprit fort

VIENS ESSAYER LE KENDO !

**Enfant ou adulte,
c'est le moment idéal pour commencer**

Deux dates à retenir pour la rentrée des débutants :

➔ Adultes : lundi 25 août 2025 18:15 – 20:15

➔ Jeunes : jeudi 28 août 2025 18:00 – 19:30

Salle de sport de Cayla

Chemin William-Lescaze, 12 – 1203 Genève

- 1 mois d'essai gratuit
- Matériel prêté sur place
- Venir en simple tenue de sport
- Ouvert à tous dès 7 ans

sdkbudo.ch / info@kendo-geneve.ch



QU'EST-CE QUE LE KENDO ?

Le Kendo est un **art martial**

*qui utilise un **sabre en bambou** (shinai)*



... mais c'est bien plus que cela !

Entraînement du corps et de l'esprit

A travers la pratique du Kendo, tu renforces force mentale et posture correcte qui aident au développement physique et émotionnel

Le respect est essentiel

En valorisant ton adversaire et en le saluant correctement, tu cultives également un esprit de compassion et de respect.

L'expérience d'une vie

Le kendo peut être pratiqué par tout le monde, enfant comme adulte.
Tu peux pratiquer toute ta vie, en gardant toujours un cœur fort.

