



HORAIRES

JUDO JIUJITSU

LUNDI	16h30 à 17h15	5, 6, 7 ans
	17h30 à 18h15	8, 9, 10 ans
	18h30 à 19h30	adultes et adolescents
MARDI	16h30 à 17h15	5, 6, 7 ans
	17h30 à 18h15	8, 9, 10 ans
	18h30 à 19h30	adultes et adolescents
	19h30 à 20h30	RANDORI
MERCREDI	10h15 à 11h00	4, 5 ans (limité à 14 élèves)
	11h00 à 11h45	6, 7 ans
	16h30 à 17h15	5, 6, 7 ans
	17h30 à 18h15	8, 9, 10, 11, 12 ans
JEUDI	16h30 à 17h15	4, 5 ans (limité à 14 élèves)
	17h30 à 18h15	dès 8 ans
	18h30 à 19h30	adultes et adolescents
VENDREDI	16h30 à 17h15	7, 8, 9, 10 ans
	17h30 à 18h15	11, 12, 13 ans
	18h30 à 19h30	adultes et adolescents
	19h30 à 20h30	RANDORI

AïKIDO

LUNDI	19h30 à 20h30	adultes et adolescents
MERCREDI	18h30 à 19h30	adultes et adolescents (dès 11 ans)
JEUDI	19h30 à 20h30	adultes et adolescents
VENDREDI	12h15 à 13h15	adultes et adolescents

ENTRAÎNEMENTS LIBRES RÉSERVÉS AUX ADULTES EXPÉRIMENTÉS

Tai-chi

LUNDI	12h20 à 13h20	débutants et avancés
MERCREDI	19h30 à 20h30	débutants et avancés