



# COURS SAISON 2018/2019

## EVEIL JUDO (*une séance par semaine*)

MERCREDI	de	16 h 30 à 17 h 15	(né(e)s en 2013)
	de	17 h 30 à 18 h 15	(né(e)s en 2014)
SAMEDI	de	10 h 30 à 11 h 15	(né(e)s en 2013)
	de	11 h 30 à 12 h 15	(né(e)s en 2014)

## ENFANTS débutants (6 à 10 ans)

MERCREDI	de	16 h 30 à 17 h 30
SAMEDI	de	10 h 30 à 11 h 30

## ENFANTS ceintures de couleur (7 à 13 ans)

MERCREDI	de	15 h 00 à 16 h 30
SAMEDI	de	09 h 15 à 10 h 30

## ADULTES ET ADOS

MARDI	de	19 h 30 à 21 h 00
VENDREDI	de	19 h 30 à 21 h 00

## JUJITSU (*à partir de 15 ans*)

LUNDI	de	20 h 00 à 21 h 30
JEUDI	de	20 h 00 à 21 h 30

## TAÏSO (*à partir de 15 ans*)

LUNDI	de	19 h 00 à 20 h 00
MERCREDI	de	19 h 00 à 20 h 00

## SELF-DEFENSE (*à partir de 13 ans*)

VENDREDI	de	18 h 30 à 19 h 30
----------	----	-------------------

## KATA

LUNDI	de	18 h 00 à 19 h 00
MERCREDI	de	18 h 00 à 19 h 00