

HORAIRES DES COURS – Saison 2018-2019

| Cours | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
|--|--------------------------------|--|--------------------------------|--|---|
| Baby judo (2013-2014) | | 16h15-17h (4 ans) 17h-17h45 (5 ans) | | | 13h30- 14h30 |
| Pré-poussins (2011-2012) | 17h15- 18h15 (confirmés) | 17h45- 18h45 (débutants) | 17h45- 18h45 (confirmés) | | 14h30- 15h30 (débutants et confirmés) |
| Poussins (2009-2010) | | | | 17h15- 18h30 (poussins confirmés) | |
| Benjamins (2007-2008) | 18h15- 19h15 | | | | |
| Minimes (2005-2006) | | | | 19h30-21h | |
| Renforcement musculaire | | | | 18h30- 19h30 | |
| Ados/Adultes (2004 et avant) | 19h15- 20h30 | | | 19h30-21h | |
| Self défense Jujitsu | 20h30- 21h30 | | 18h50- 20h10 | | |
| Taïso Gym japonaise | | 18h50- 19h50 | | | |
| Katas Minimes et + | | 20h15- 21h15 | | | |