

LUNDI	
SALIES DU SALAT	
AGES / DISCIPLINES	HORAIRE
Judo adapté adultes	18h00 à 19h00
Gym Taïso/ prépa physique ado adultes 2009 et plus	19h00 à 20h00
MARDI	
SALIES DU SALAT	
Préparation de grades sur demandes	18h00 à 22h00
MERCREDI	
SALIES DU SALAT	
AGES / DISCIPLINES	HORAIRE
Eveil judo 2016 à 2018	16h00 à 17h00
Judo de 2013 à 2015	17h00 à 18h00
Judo de 2010 à 2012	18h00 à 19h00
Judo de 2009 et plus	19h00 à 20h30
JEUDI	
SALIES DU SALAT	
AGES / DISCIPLINES	HORAIRE
Gym taïso/ prépa physique 2009 et plus	19h00 à 20h00
Préparation kata sur demande	20h00 à 22h00
 VENDREDI	
SALIES DU SALAT	
AGES / DISCIPLINES	HORAIRE
Judo 2013 à 2015	17h00 à 18h00
Judo 2010 à 2012	18h00 à 19h00
Ju-jitsu/self défense 2009 et plus	19h00 à 20h30