



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h	 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> PLANNING SAISON 2018-2019 N'hésitez pas à nous contacter pour plus de précisions. </div> 					MOTRICITE JUDO 9h-9h45
10h						BABY JUDO 10h-11h
11h						PRE POUSSINS 11h15-12h15
14h			PRE POUSSINS 14h-15h			
15h			BABY JUDO 15h30-16h30			
16h			MOTRICITE JUDO 16h45-17h30			
17h	PRE POUSSINS 17h15-18h15	JUDO ENFANT LOISIR 17h15-18h30			JUDO ENFANT LOISIR 17h15-18h30	
18h		JUDO ENFANT COMPETITION 18h30-20h	TAI-SO TRAINING INTENSITE 1 19h-20h	RANDORI ET COMBAT 19h-20h30	JUDO ENFANT COMPETITION 18h30-20h	
19h	CADETS/ADULTES 19h-20h30				CADETS/ADULTES 20h-21h30	
20h		TAI-SO TRAINING INTENSITE 2 20h15-21h15				
21h						

MOTRICITE JUDO : Nés en 2015/2016. Un cours par semaine au choix. Pas de kimono. Accompagnement de l'enfant par ses parents sur le tatami.

BABY JUDO : Nés en 2013/2014. Un cours par semaine au choix. Avec kimono. Sans les parents.

Les enfants nés en 2013 ayant déjà fait 1 an de BABY JUDO peuvent être surclassés en PRE-POUSSINS avec accord du professeur.

PRE-POUSSINS : Nés en 2012/2011. Deux cours de judo par semaine au choix parmi les trois.

JUDO ENFANT LOISIR : Nés entre 2010 et 2005. Deux cours par semaine.

JUDO ENFANT COMPETITION : Nés entre 2008 et 2005. Trois cours par semaine + entraînements annexes et stages.

CADETS/ADULTES : Nés en 2004 ou avant. Un à cinq entraînements par semaine selon vos envies.

TAÏ-SO TRAINING : Nés en 2004 ou avant. Deux entraînements par semaine.

