



PLANNING DES COURS

	<u>Lundi</u>	<u>Mardi</u>	<u>Mercredi</u>	<u>Jeudi</u>	<u>Vendredi</u>
<u>12h-13h</u>		Prépa physique / self défense (Fanny/Jean-Claude)			Prépa physique / self défense (Fanny/Jean-Claude)
<u>13h30 - 14h30</u>			Judo Ne Waza Poussins 2014/2013 (Jean-Claude)		
<u>14h45 - 15h45</u>			Judo Ne Waza Mini-Poussins 2016/2015 (Fanny)		14h15-15h15 Judo Cap (Fanny / André S)
<u>16h00 - 17h00</u>			Eveil Judo 2018/2017 (Fanny)		15h30-16h30 Sport Santé (Fanny)
<u>17h15 - 18h15</u>	Judo Poussins 2014/2013 (Jean-Claude)	Judo Mini-Poussins 2016/2015 (Fanny)	Eveil Judo 2018/2017 (Fanny)	Jujitsu Mini-Poussins 2016/2015 (Fanny)	17h-17h45 Baby Judo 2020/2019 (Fanny)
<u>18h30 - 19h30</u>	Judo Benjamins 2012-2011 Judo Minimes 2010-2009 (Jean-Claude)	Jujitsu Poussins 2014/2013 (Jean-Claude)	Jujitsu Benjamins 2012-2011 Jujitsu Minimes 2010-2009 (Jean-Claude)	Judo Ne Waza Benjamins 2012-2011 Judo Ne Waza Minimes 2010-2009 (Jean-Claude)	18h19h Préparation grades (Fanny / Jean-Claude)
					19h-21h Training Judo (André P)
<u>19h45 - 21h30</u>	Jujitsu traditionnel (A partir de cadets)	Judo (à partir de cadets)	Self défense (à partir de cadets)	Jujitsu combat (à partir de cadet)	