

Planning Hebdomadaire

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09	00						Initiation & baby judo (3/4 & 5/6 ans)	Groupe compétition Regroupemet 1 / Mois
	15							
	30							
	45							
10	00			Galipettes			Galipettes	
	15							
	30							
	45							
11	00						Groupe compétition	
	15							
	30							
	45							
12	00							
	15							
	30							
	45							
13	00							
	15							
	30							
	45							
14	00			Baby Judo (5/6 ans)				
	15							
	30							
	45							
15	00			Jeunes judo (7/9 ans)				
	15							
	30							
	45							
16	00			Initiation judo (3/4 ans)				
	15							
	30							
	45							
17	00							
	15							
	30	Initiation judo (3/4 ans)		Ados judo (10/14 ans)		Jeunes judo (7/9 ans)		
	45							
00								
15								
18	30	Baby Judo (5/6 ans)		Cardio-training / Kata		Ados judo (10/14 ans)		
	45							
	00							
	15							
19	30	Judo Adultes confirmés	Self-Défense	Judo Adultes confirmés				
	45							
	00							
	15							
20	30					Judo Adultes loisir		
	45							
	00							
	15							
21	30							
	45							