

EMPLOI DU TEMPS SAISON 2017 / 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	Judo mini-poussins/ Poussins 6-9 ans Dojo 18h15-19h15 (Florian / Roland / Frédéric)	Baby judo Dojo 4-5 ans 17h15-18h00 (Pascal / Marie-Hélène)	Judo mini-poussins/ poussins 6-9 ans Dojo 18h15-19h15 (Florian / Roland)	Baby judo Dojo 4-5 ans 17h30-18h15 (Pascal / Marie-Hélène / Caroline)
Jujitsu Enfants 8-12 ans Dojo 18h00-19h00 (Alex / Florian)		Judo Benjamins 10-11 ans Dojo 18h00-19h15 (Pascal / Marie-Hélène)		Judo Benjamins 10-11 ans Dojo 18h15-19h15 (Pascal / Marie-Hélène / Caroline)
Judo Adultes Dojo 19h00-20h45 (Alex / Florian)	Jujitsu Adultes + Aïkido Dojo 19h15-20h45 (Rémi DISCHERT)	Judo Adultes Dojo 19h15-20h45 (Pascal / Marie-Hélène / Florian)	Jujitsu Adultes Dojo 19h15-20h45 (Rémi DISCHERT)	Judo Adultes Dojo 19h15-20h45 (Pascal / Marie Hélène / Florian)

EMPLOI DU TEMPS SAISON 2017 / 2018

Samedi		Dimanche
Handi-judo Dojo 09h00-10h00 (Pascal / Florian)		
Judo Dojo mini-poussins/ poussins 6-9 ans 10h00-11h00 (Pascal / Frédéric / Caroline)	Cour spécifique Préparation Kata / Compétition 10h00-13h00 (Alex / Pascal / Roland) Renforcement musculaire spécifique 14h30 – 17h00 (Pascal)	Encadrement Enfants / Adultes Compétitions Judo – Jujitsu (Alex / Pascal / Rémi / Roland / Frédéric / Marie-Hélène / Caroline et Florian)
Baby judo Dojo 4-5 ans 11h00-12h00 (Pascal / Frédéric / Caroline)		