

HORAIRES 2019 / 2020

JCM Section Judo-Jujitsu-Taïso

DOJO ALAIN FOURNIER

13h30	13h45	14h00	14h15	14h30	14h45	15h00	15h15	15h30	15h45	16h00	16h15	16h30	16h45	17h00	17h15	17h30	17h45	18h00	18h15	18h30	18h45	19h00	19h15	19h30	19h45	20h00	20h15	20h30	20h45	21h00	21h15	21h30	21h45	22h00
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

LUNDI			J - J/O 17:45 - 18:45	O - O/V - V - B 18:45 - 20:15	Ju Jitsu 20:15 - 21:45
MARDI				Marron - Noire 18:30 - 20:30	
MERCREDI	J - J/O 13H30 - 15H	O - O/V - V - B 15H - 17H15			
JEUDI			Blc - B/J 17H30 - 18H30	Marron - Noire 18:30 - 20:30	Judo Adultes 20:30 - 21:45
VENDREDI			Blc - B/J 17H30 - 18H30		

DOJO CHAMP LONG

LUNDI			Blanches 17:30 - 18:30	B/J - J - J/O 18H30 - 19H30
MARDI			Eveil Judo 17:45 - 18:30	
MERCREDI			Blc - B/J - J - J/O 18H30 - 19H45	Taïso 19:45 - 20:45
VENDREDI			Entraînement spécifique 19:00 - 20:30	

Blc : Ceintures Blanches - B/J : Ceintures Blanches/Jaune - J : Ceintures Jaunes - J/O : Ceintures Jaunes/Orange - O : Ceintures Orange - O/V : Ceintures Orange/Vertes - V : Ceintures Vertes - B : Ceintures Bleues

Début des Cours au dojo Alain Fournier : Lundi 09 Septembre 2019

Inscriptions au dojo Alain Fournier le lundi 26, mardi 27 et jeudi 29 août de 18:00 à 19:00
Le lundi 2, mardi 3 et jeudi 5 septembre de 18:00 à 19:00 et le mercredi 4 septembre de 14:00 à 18:00

