HORAIRES 2021 / 2022
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																				B/J - J - J/O 18:00 - 19:00			O - O/V - V - B 19:00 - 20:30									Taïso - Ju Jitsu 20:30 - 22:00					
MARDI																				Eveil Judo 18:00 - 18:45			Marron - Noire 18:45 - 20:45												
MERCREDI																																			
JEUDI																																			
VENDREDI																																			

B/J - J - J/O 13:45 - 15:15
O - O/V - V - B 15:15 - 17:15

Blanches 17:30 - 18:30
Marron - Noire 18:30 - 20:30
Judo Adultes 20:30 - 21:45
Blanches 17:30 - 18:30

DOJO CHAMP LONG

LUNDI
MARDI
MERCREDI
VENDREDI

Blanches 17:30 - 18:30
B/J - J - J/O 18:30 - 19:30
Blanches 17:45 - 18:45
B/J - J - J/O 18:30 - 19:45
Taïso 20:00 - 21:00
Entrainement 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

Recommandations crise sanitaire "COVID 19"

Modifications eventuelles des heures de début et de fin de cours