



SAISON 26/27

— PLANNING DES COURS —



LUNDI



🕒 **2019 / 2018**

17h45 à 19h00

🕒 **2015
2014 / 2013**
19H00 À 20H15

🏃 **TAÏSO FIT**
20H15 À 21H15

MARDI



🕒 **2022**
17H30 À 18H15

🕒 **2017 / 2016**
18H15 À 19H30

2012 & AVANT
19H30 À 21H00

MERCREDI



**Self défense
2017 et avant**

🕒 13h30 A 14h30



Jujitsu/Kata
voir encadré

🕒 **2019 / 2018**
17H45 À 18H45

JEUDI



🕒 **2020**
17H45 À 19H00

🕒 **2015
2014 / 2013**
19H00 À 20H15

SELF-DEFENSE
20H15 À 21H15

VENDREDI



🕒 **2021**
17H30 À 18H15

🕒 **2017 / 2016**
18H15 À 19H30

2012 & AVANT
19H30 À 21H00



GYM SENIOR SANTÉ
MARDI 10H30 À 11H30



Kata 15h30 à 16h30 – Jujitsu 16h30 à 17h30
2e et 4e Mercredi de chaque mois
Jaune/orange Minimum



LES DEUX COURS SONT RECOMMANDÉS, MAIS UN SEUL EST POSSIBLE.



Samedi : kata de 10h00 à 12h30 / Animation de 13h30 à 17h30