



 Instagram : asevry_judo-jujitsu

 As Evry Judo

 Site Web : asevry-judojujitsu.com

PLANNING DES ENTRAINEMENTS JUDO / JUJITSU / TAISO / CARDIO TRAINING-SELF DEFENSE SAISON 2020-2021

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		JUDO BABY Judo 1 * (2016) 13h45 - 14h45			JUJITSU / Self Défense 15 Ans et + 10H00 - 12H00
		JUDO BABY Judo 2 * (2015) 15H00 - 16H00			JUDO Baby-Judo 1 * (2016) 13h30 - 14h30
		JUDO Mini-Poussins 1 (2014) 16h - 17h			JUDO BABY-Judo 2 * (2015) 14h45 - 15h45
JUDO Poussins 2 (2011) 17h45 - 19h00	JUDO Poussins 1 (2012) 17h45 - 18h45	JUDO Mini-Poussins 2 (2013) 17h - 18h	JUDO Poussins 2 (2011) 17h45 - 19h00	JUDO Mini-Poussins 2 (2013) 17h45 - 18h45	JUDO Mini-Poussins 1 (2014) 16h - 17h
JUDO Minimes (07/08) Cadets (04 à 06) 19H00 - 20H30	JUDO Benjamins (2009/10) 18H45 - 20H00	JUDO Minimes (07/08) / Cadets (04 à 06) 19h - 20h30	JUDO Benjamins (2009/10) 19H00 - 20H15	JUDO Poussins 1 (2012) 18H45 - 19H45	
TAISO 20H30 - 21H30	JUDO Juniors / Séniors (01/03) et (00 et plus) 20H - 21H30	JUJITSU / Self Défense 15 Ans et + 20H30 - 22H00	JUDO Juniors / Séniors (01/03) et (00 et plus) 2015 - 21H45	Cardio Training (Taïso) Self Défense 20H00 - 21H30	

* BABY JUDO 1 ou 2, cours à choisir entre le mercredi ou le samedi