






## PLANNING DES ENTRAINEMENTS SAISON 2023 - 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
			BABY Judo 1 * (2019) 13h45 - 14h45			JUJITSU 15 Ans et + 10h00 - 12h00
						TRAINING / RENFO / MUSCU 10H00 - 12H00
			BABY Judo 2 * (2018) 15h00 - 16h00			Baby-Judo 1 * (2019) 13h30 - 14h30
			Mini-Poussins 1 (2017) 16h00 - 17h00			BABY-Judo 2 * (2018) 14h45 - 15h45
 Instagram : asevry_judo-jujitsu						
 As Evry Judo	Poussins 2 (2014) 17h45 - 19h00	Poussins 1 (2015) 17h45 - 18h45	Mini-Poussins 2 (2016) 17h00 - 18h00	Poussins 2 (2014) 17h45 - 19h00	Mini-Poussins 2 (2016) 17h45 - 18h45	Mini-Poussins 1 (2017) 16h00 - 17h00
 asevry-judojujitsu.com						
	Minimes (11/10) / Cadets (07 à 09) 19h00 - 20h30	Benjamins (2013/2012) 18h45 - 20h00	Kata - PPG Minimes (11/10) / Cadets (07 à 09) 19h00 - 20h30	Benjamins (2013/2012) 19h00 - 20h15	Poussins 1 (2015) 18h45 - 19h45	
	TRAINING / RENFO /MUSCU 20h30 - 21h30	Juniors / Séniors (2006 et avant) 20h00 - 21h30	JUJITSU 15 Ans et + 20h30 - 22h00	Juniors / Séniors (2006 et avant) 20h15 - 21h45	Judo Loisir 20h- 21h30	
* BABY JUDO 1 ou 2 cours à choisir entre le mercredi <u>ou</u> le samedi						