



PLANNING DES COURS DE JUDO ET TAISO - JUDO CLUB KAN BOULOGNE SUR MER



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
M A T I N	09h45 - 11h00 Taïso Cours Adulte					10h00 - 11h00 Judo Cours Enfants Nés en 2006/07/08/09 Nés en 2010/11
			10h30 - 11h15 Judo et Motricité Enfants nés en 2014			
A P R E S - M I D I			14h15 - 15h05 Judo et Motricité Enfants nés en 2013			
			15h15 - 16h15 Judo et Motricité Enfants nés en 2012			
			16h30 - 17h30 Judo Cours Enfants Nés en 2006/07/08/09			
	17h45 - 18h45 Judo Cours Enfants Nés en 2006/07/08/09	17h45 - 18h45 Judo Cours Enfants Nés en 2010/11	17h30 - 18h15 KATA - prép. Ceinture Noire Cours Adultes	17h45 - 19h00 Taïso Cours Adulte	17h45 - 18h45 Judo Cours Enfants Nés en 2010/11	
	18h50 - 20h00 Judo Cours Adultes	19h00 - 20h00 PPG Cours Adulte	18h15 - 19h45 Judo Cours Adultes		19h00 - 20h30 Judo Cours Adultes	
		20h00 - 20h30 Judo - Uchi Komi / Randori Cours Adultes				

Nés en 2014/13/12 : 1 cours / semaine
 Nés entre 2011 et 2006 : 2 cours / semaine