

Horaires du Judo Club Municipal de Saint Denis

Saison 2018/2019

Au DOJO REGIONAL de CHAMP FLEURI :

Baby Judo - Année **2014** samedi 09h00 à 09h45 (*Morgane et Nick*)

1 cours/semaine - Année **2013** samedi 10h00 à 10h45 (*Morgane et Nick*)
ou samedi 11h00 à 11h45 (*Alexandre/Morgane et Nick*)

Pré-poussins - Année 2011/2012 : lundi 17h à 18h (*Alexandre*)

2 cours par semaine

et

- Année **2012 uniquement** : mercredi 17h à 18h (*Morgane et Nick*)

- Année **2011 uniquement** : vendredi 18h à 19h (*Morgane*)

Poussins - Année 2009/2010: mercredi 17h00 à 18h00 (*David*)

2 cours par semaine

et vendredi 17h00 à 18h00

Benjamins - Année 2007/2008 : mardi 17h à 18h (*Willy*)

2 cours par semaine

et jeudi 17h à 18h

Minimes - Année 2005/2006 : **lundi** 18h00 à 19h00 (*Alexandre*)

3 cours par semaine

+ 1 cours Prépa.Physique

lundi 19h00 à 19h30 Techn.Individuelle (*Alexandre*)

mardi 19h à 20h45 **Jujitsu Combat** (*Cédric*)

mercredi 18h00 à 19h00 (*Alexandre*)

jeudi 18h45 à 20h15 **Prépa Physique** (*Jean-Louis*)

vendredi 18h00 à 19h00 (*Willy*)

vendredi 19h00 à 20h00 Techn.Individuelle (*Gr.Willy*)

Cadets/ Juniors/ Seniors : nés en 2004 et avant

Lundi 19h30 à 20h45 : **Taïso** (*Alexandre*)

Mercredi 18h00 à 19h00 : **Kata** (*Jeanik*)

Mercredi **et** **Vendredi** : 19h à 20h30 : **Judo** (*Bertrand*)