

**PLANNING JUDO - SAISON 2025/2026**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	
9h00						Pré-Poussins Judo 6/7 ans 9h00 - 10h00 <b>Marc</b>	9h00
15							15
30							30
45							45
10h00						Judo Eveil 5 ans 10h00 - 11h00 <b>Marc</b>	10h00
15							15
30							30
45							45
11h00						Judo Eveil 3 et 4 ans 11h00 - 12h00 <b>Marc</b>	11h00
15							15
30							30
45							45
12h00							12h00
15							15
30							30
45							45
13h00							13h00
15							15
30							30
45							45
14h00			Pré-Poussins 6/7 ans 14h00 - 15h00 <b>Marc</b>			Kata / Spécifique Modulation	14h00
15							15
30							30
45							45
15h00			Poussins 8/9 ans 15h00 - 16h00 <b>Marc</b>				15h00
15							15
30							30
45							45
16h00		TAP 15h45 - 17h15 <b>Mathilde</b>	Judo Eveil 3/4 ans 16h00 - 17h00 <b>Marc</b>		TAP 15h45 - 17h15 <b>Mathilde</b>		16h00
15							15
30							30
45							45
17h00			Judo Eveil 5 ans 17h00 - 18h00 <b>Marc</b>				17h00
15							15
30							30
45							45
18h00	Judo Beni/Min 10/13 ans 18h00 - 19h30 <b>Marc</b>	TAISO 13 ans/plus 18h00 - 19h00 <b>Mathilde</b>	Judo Beni/Min 10/13 ans 18h00 - 19h30 <b>Marc</b>	TAISO 13 ans/plus 18h00 - 19h00 <b>Vincent</b>	TAISO 13 ans/plus 18h00 - 19h00 <b>Marc</b>	Poussins Judo 8/9 ans 17h30 - 18h30 <b>Vincent</b>	18h00
15							15
30							30
45							45
19h00	Ju-Jitsu/Self-Défense 12ans/plus 19h30 - 21h00 <b>Marc</b>	Judo Adultes 14 ans/ plus 19h00 - 20h30 <b>Guillaume</b>	Ju-Jitsu/Self-Défense 12ans/plus 19h30 - 21h00 <b>Marc</b>	Musculation Prépa Physique 19h00 - 20h30 <b>Vincent</b>	Judo Adultes 14 ans/ plus 19h00 - 20h30 Compétition <b>Marc</b>	Judo Beni/Min 10/13 ans 18h30 - 19h30 <b>Vincent</b>	19h00
15							15
30							30
45							45
20h00						Judo Adultes 14 ans/plus Technique Indiv. Kata / Ne Waza 19h30 - 21h00 <b>Vincent</b>	20h00
15							15
30							30
45							45
21h00	JJB 14 ans /plus 21h00 - 22h30 <b>Marc</b>				JJB 14 ans /plus 20h30 - 22h00 <b>Marc</b>		21h00
15							15
30							30
45							45
22h00							22h00
15							15
30							30