

PLANNING ENTRAINEMENT SAISON 2015 2016

	LUNDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI
Baby (4-7ans)		17h15- 18h15 initiation		
Enfants (8,12ans)	18h00 19h00 technique	18h30 19h30	18h00 19h00 combat	Préparation compétition 13h00 16h00
Ados adultes	19h00 20h30 technique	18h30 19h30	19h00 20h30 combat	idem

Le club se réserve le droit de changer les cours en fonction des compétitions.

Les cours du samedi ne seront dispensés qu'en cas de compétitions .