





Planning Judo Club des Coteaux Macariens

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
08:00							
09:00							
10:00						Evenement 09:30-12:00	
11:00							
12:00							
13:00							
14:00				Benjamin 14:00-15:00			
15:00			Eveil 15:00-15:45				
16:00							
17:00							
18:00	Benjamin 17:30-18:30	Poussin 17:30-18:30		Mini poussin 17:30-18:30	Eveil 17:30-18:15		
19:00	Mini poussin 18:30-19:30	Junior- Adulte 18:30-20:00		Poussin 18:30-19:30	Mini pous/poussin 18:15-19:15		
20:00				Taïso 19:30-20:30	Benjamin / Junior 19:15-20:30		
21:00		Jujitsu 20:00-21:30	Jujitsu 20:30-21:30				
22:00							

Age indicatif : Eveil 4-5-6ans, Mini Poussin 7-8ans, Poussin 9-10ans, Benjamin 11-12ans, Adulte-Taïso-Jujitsu (à partir de 13ans)