

## Horaires saison 2020-2021

LUNDI	MERCREDI	VENDREDI	SAMEDI
	Préparation physique 16h / 17h		JUJITSU A partir de 11 ans
Baby Judo 17h15 / 17h45	Judo GS/CP 17h15 / 18h30	Eveil Judo 17h / 17h45	
Poussins/Benjamins 18h / 19h15	Kata/technique 18h30 / 19h	Puces/Poussins 18h / 19h15	
Adultes/Ados à partir minimes 19h30 / 21h30	Taïso (renforcement musculaire) 19h15 / 20h15	Benjamins à Séniors 19h30 / 21h	

	<b>Catégories Judo</b>	<b>Année de naissance</b>	<b>Age au 31 déc.2020</b>
	Baby judo	2017	3 ans (PS)
	Eveils judo	2015-2016	4-5 (MS/GS)
	Puces	2013-2014	6-7 (CP/CE1)
	Poussins	2011-2012	8-9 (CE2/CM1)
	Benjamins	2009-2010	10-11 (CM2/6 <sup>e</sup> )
	Minimes	2007-2008	12-13
	Cadets	2004-2005-2006	14-15-16
	Juniors	2001-2002-2003	17-18-19
	Séniors	2000 et avant	21 et +