

Horaires Judo Club Villecomtois 2022-23			
Lundi	Mercredi	Vendredi	Samedi
			<b>Self-défense/Jujitsu</b> 10h/11h30 Adultes
			<b>Self-défense/Jujitsu</b> 11h30/12h30 Ados à partir du CM2
	<b>Judo</b> Petite / Moyenne Sections 17h00/17h30		
<b>Judo</b> Grande Section / CP 17h00/18h00	<b>Judo</b> (Grande Section à CE1) 17h45/18h45	<b>Judo Eveil</b> (Moyenne Section/Grande Section) 17h/17h45	
<b>Judo</b> Poussins/Benjamins (CE1 CE2 CM1 CM2 6 <sup>e</sup> ) 18h/19h15	<b>Taïso</b> <b>Renforcement musculaire</b> A partir de Benjamin (CM2) 19h00/20h00	<b>Judo</b> Puces/Poussins (CP CE1 CE2) 18h00/19h15	
<b>Judo</b> Ados/adultes (à partir minimes) 19h30/21h30	<b>Judo Technique Kata</b> A partir de Benjamins (CM2) 20h00/20h30	<b>Judo</b> Benjamins à Seniors (à partir de CM1) 19h30/21h00	

Horaires Judo Club Villecomtois 2022-23			
Lundi	Mercredi	Vendredi	Samedi
			<b>Self-défense/Jujitsu</b> 10h/11h30 Adultes
			<b>Self-défense/Jujitsu</b> 11h30/12h30 Ados à partir du CM2
	<b>Judo</b> Petite / Moyenne Sections 17h00/17h30		
<b>Judo</b> Grande Section / CP 17h00/18h00	<b>Judo</b> (Grande Section à CE1) 17h45/18h45	<b>Judo Eveil</b> (Moyenne Section/Grande Section) 17h/17h45	
<b>Judo</b> Poussins/Benjamins (CE1 CE2 CM1 CM2 6 <sup>e</sup> ) 18h/19h15	<b>Taïso</b> <b>Renforcement musculaire</b> A partir de Benjamin (CM2) 19h00/20h00	<b>Judo</b> Puces/Poussins (CP CE1 CE2) 18h00/19h15	
<b>Judo</b> Ados/adultes (à partir minimes) 19h30/21h30	<b>Judo Technique Kata</b> A partir de Benjamins (CM2) 20h00/20h30	<b>Judo</b> Benjamins à Seniors (à partir de CM1) 19h30/21h00	