

Arts-Martiaux : Judo / M.M.A. / BOXE / Sel-défense / Ju-jtusu

Horaires dès le 01/09/2021 - info : 06.22.60.81.23. - 1 cotisation pour toutes les activités

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
|--|--|--|---|--|--|--|
| Baby-Judo 4 / 8 ans | St-Sauveur 17h45-18h30 | BABY-GYM 3-4-5 ans Grisolles au cosec 18h. - 18h50 | Villaudric 17h15 - 18h15 | Gauré 17h30 - 18h15 | Vacquiers 17h30 - 18h20 | Grisolles 10h30-11h20 |
| | Teulat 17h45 - 18h45 | | Bessens 17h45 - 18h45 | St. Sauveur 18h. - 19h. | | |
| | Dieupentale 17h45-18h45 | Vacquiers 17h30 - 18h20 | Lavalette 18h - 19h. | Grisolles 18h. - 19h. | | |
| | Grisolles au cosec 18h. - 19h. | | Aucamville 82 18h. - 19h. | | | |
| Judo Enfant 7 / 11 ans | Teulat 17h45 - 18h45 | Grisolles 18h - 19h. | St. Sauveur 14h15-15h15 | Gauré 18h15 - 19h15 | Grisolles 18h. - 19h. | Grisolles 10h30-11h20 |
| | Dieupentale 18h45-19h45 | | Vacquiers 14h15 - 15h15 | | | |
| | Pompignan 18h15-19h30 | | Grisolles 16h30 - 17h30 | | | |
| | St-Sauveur 18h35 - 19h45 | Vacquiers 18h30 - 19h30 | Villaudric 17h15 - 18h15 | St. Sauveur Axé self-défense 19h. - 20h. | St. Sauveur 18h. - 19h. | |
| | Grisolles au cosec 19h. - 20h. | | Bessens 17h45 - 18h45 | Grisolles 18h. - 19h. | Vacquiers 18h30 - 19h30 | |
| Judo Enfant 9/13 ans | Dieupentale 18h45-19h45 | Grisolles 18h - 19h. | St. Sauveur 14h15-15h15 | Gauré 19h15 - 20h15 | St. Sauveur 18h. - 19h. | Grisolles 11h20-12h20 |
| | Pompignan 18h15-19h30 | | Vacquiers 14h15 - 15h15 | | | |
| | St-Sauveur 18h35 - 19h45 | Vacquiers 18h30 - 19h30 | Bessens 18h45 - 19h45 | St. Sauveur Axé self-défense 19h. - 20h. | Grisolles 18h. - 19h. | |
| | Grisolles au cosec 19h. - 20h. | | Lavalette 18h. - 19h. | | Vacquiers 18h30 - 19h30 | |
| Judo Ados - Adultes | Grisolles au cosec Loisirs + compétition 19h - 20h. | Grisolles Compétition Randoris Marron-Noire 19h15 - 20h30 | Grisolles avec les Ados compétition 18h50 - 20h. | Gauré 19h15 - 20h15 | St-Sauveur 18h - 19h. | Grisolles Prépa Physique avec un préparateur spécialisé (selon planning) 14h-16h. |
| | St-Sauveur Loisirs + Compétition 18h35-19h45 | | Aucamville Adultes Ados Loisirs 19h. - 20h. | Toulouse avec le Pôle Espoir Compétition 18h45-21h. | Grisolles Compétition 19h15 - 20h30 Perfectionnement Compétition 20h30 - 21h. | Dimanche Grisolles 10h-12h. Katas |
| BOXE M.M.A. Enfants + Adultes | Grisolles Boxe M.M.A. Ados 10-16 ans 18h40-19h40 | | Grisolles M.M.A. Adultes 20h05 -21h30 | Grisolles Body-Attack Fitness 20h30-21h30 | | Grisolles Stages Réguliers M.M.A. Enfants 8-14 ans 17h30-18h30 |
| | Grisolles Boxe Adultes 19h45-21h. | | VERDUN Lieu dit Biroulan Aïkido 9h30-10h30 | Saint-Sauveur Self-défense Ju-jutsu 19h - 20h. | | |
| ARTS MARTIAUX Self-défense Ju-jutsu / Tai-chi Aïkido | GRISOLLES au Cosec Self- Défense 20h. - 21h30 | | | | GRISOLLES au Cosec Tai-chi 19h. - 20h. | |
| | | | | | GRISOLLES au Cosec Self- Défense 20h. - 21h30 | |