

# Arts-Martiaux : Judo / M.M.A. / BOXE Anglaise / BOXE Pieds-Poing Karaté / Tai-Chi / Ju-Jutsu / Sabre Gallactique / Self-défense

info : 06.22.60.81.23. - 1 cotisation 19€/ mois pour toutes les activités

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<b>Baby-Judo</b> 4 / 8 ans	St-Sauveur 17h45-18h35	Grisolles BABY-GYM 3-4-5 ans Gymnase du collège 17h15-18h.	St-Sauveur Dés 6 ans révolu 14h15-15h15	Gauré 17h45-18h40	St-Sauveur BABY-GYM 3-4-5 ans salle de fitness 17h45-18h30	Grisolles 10h30-11h20
	Dieupentale 17h45-18h40	Grisolles BABY-GYM 4-5-6 ans Gymnase du collège 18h.-18h45	Grisolles Dés 5 ans révolu 16h30-17h30		St-Sauveur 17h45-18h35	
	Grisolles 17h45 - 18h40	Teulat 17h45 - 18h40  Vacquiers 17h30 - 18h20	Bessens 17h45 - 18h45  Aucamville 82 18h. - 19h.	Grisolles Dés 7 ans révolu Cours prépa compétition 18h-19h.	Vacquiers 17h30 - 18h20	
<b>Judo Enfant</b> 7 / 11 ans	Dieupentale 18h45-19h45	Grisolles 18h. - 19h.	St. Sauveur 14h15-15h15  Grisolles Dés 8 ans révolu 17h45 - 18h45	Grisolles compétition jeunes 7-11 ans 18h - 19h.	Grisolles 18h. - 19h.	Grisolles 11h20-12h20
	St-Sauveur 18h40 - 19h45	Vacquiers 18h30 - 19h30	Bessens 18h45-19h45		St. Sauveur 18h45 - 20h.	
	Grisolles spécial FILLES 18h45 - 19h40	Teulat 18h45 - 19h45	Aucamville 82 18h. - 19h.	Gauré 18h45-19h45	Vacquiers 18h30 - 19h30	
<b>Judo Enfant</b> 9/13 ans	Dieupentale 18h45-19h45	Grisolles 18h - 19h.	St. Sauveur 14h15-15h15  Grisolles Compétition 17h45 - 18h45	Gauré 18h45-19h45	St. Sauveur 18h45 - 20h.	Grisolles 11h20-12h20
	St-Sauveur 18h40 - 19h45	Vacquiers 18h30 - 19h30	Bessens 18h45-19h45		Grisolles 18h. - 19h.	
	Grisolles spécial FILLES 18h45 - 19h40	Teulat 18h40-19h45	Aucamville 82 19h. - 20h.	Grisolles compétition jeunes 7-11 ans 18h - 19h.	Vacquiers 18h30 - 19h30	
<b>Judo</b> Ados - Adultes	St-Sauveur Enfants + Ados Adultes Loisirs 18h40-19h45  + 19h30-20h45 Ados + Adultes Compétition	Grisolles  Compétition Randoris Marron-Noire 19h15 - 20h30	Grisolles avec les Ados compétition 18h50 - 20h.  Aucamville Ados Adultes loisirs 19h. - 20h.	Gauré Ados-Adultes loisirs 18h45 - 19h45  Toulouse Maison du judo avec Elite Judo Occitanie Technique Compétition 18h30-19h30	St-Sauveur Ados et Adultes Loisirs 18h45 - 20h.  GRISOLLES compétition 19h15-20h30 + 20h30-21h. Supplément compétiteurs	Grisolles Loisirs avec enfants 11h20-12h20  Grisolles Prépa Physique (selon planning)
	Montauban 34 rue d'albert 19h-20h.	Vacquiers Ados - Adultes Loisirs 19h30-20h30	Toulouse Maison du judo avec le Pôle 15h-17h.  Montauban 34 rue d'albert 19h-20h.	Toulouse Maison du judo avec Pôle Espoir Randori Compétition 19h30-21h.	+ Ados-Adultes Loisirs 21h-22h15	Dimanche Grisolles 10h-12h. Katas
<b>BOXE</b> + <b>M.M.A.</b> + <b>Karaté</b>	Grisolles Gymnase du collège Karaté 8 ans à Adultes 19h. - 20h.	St-Sauveur Karaté 8 ans à Adultes 18h30 - 19h30	Grisolles  M.M.A. 20h10 -21h30	Grisolles  BOXE anglaise 19h-20h10		Grisolles 17h.-18h. M.M.A. Compétition  + 18h.-19h. Ju-jutsu Brésilien
	Grisolles BOXE Pieds-Poing 19h45-21h.	St-Sauveur M.M.A. 19h30-21h.				
<b>ARTS</b> <b>MARTIAUX</b>  Self-défense Ju-jutsu / Tai-chi Sabre du Jeïdi	GRISOLLES au Gymnase du collège SABRE GALLACTIQUE 8 ans jusqu'au Adultes 18h - 19h.		GRISOLLES Salle des fêtes  Tai-chi 19h45 - 21h.	GRISOLLES au Dojo de Grisolles  SABRE GALLACTIQUE Adultes 17h - 18h.	GRISOLLES au Gymnase du collège  Self-défense 20h. - 21h30	
	GRISOLLES au Gymnase du college Self-Défense 20h. - 21h30					