

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

info : 06.22.60.81.23. - 1 cotisation 19,9€/ mois pour toutes les activités

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Baby-Judo 4 / 8 ans	St-Sauveur 17h45-18h35	Grisolles <small>BABY-GYM 3-4-5 ans</small> Gymnase du collège 17h15-18h.	St-Sauveur Dés 6 ans révolu 14h15-15h15	Gauré 17h45-18h40	St-Sauveur 17h45-18h40	Grisolles 10h30-11h20
	Dieupentale 17h45-18h40	Grisolles <small>BABY-GYM 4-5-6 ans</small> Gymnase du collège 18h.-18h45	Grisolles <small>Cours Exceptionnel avec plusieurs profs</small> 16h30-17h30	St-Sauveur 17h45-18h40	Vacquiers 17h30 - 18h20	
	Grisolles 17h45 - 18h40	Teulat 17h45 - 18h40	Bessens 17h45 - 18h45	Grisolles <small>Dés 7 ans révolu</small> Cours Technique 18h-19h.		
	Vacquiers 17h30 - 18h20		Aucamville 82 18h. - 19h.			
Judo Enfant 7 / 11 ans	Dieupentale 18h45-19h45	Grisolles 18h. - 19h.	St. Sauveur 14h15-15h15	Grisolles <small>Cours Technique 7-11 ans</small> 18h - 19h.	Grisolles 18h. - 19h.	Grisolles 11h20-12h20
	Vacquiers 18h30 - 19h30		Grisolles <small>Dés 8 ans révolu</small> 17h45 - 18h45	Gauré 18h45-19h45	St. Sauveur 18h45 - 20h.	
	St-Sauveur 18h45 - 19h45	Teulat 18h45 - 19h45	Bessens 18h45-19h45	Gauré 18h45-19h45	St. Sauveur 18h45 - 20h.	
			Aucamville 82 18h. - 19h.	St-Sauveur 18h45 - 20h.	Vacquiers 18h30 - 19h30	
Judo Enfant 9/13 ans	Dieupentale 18h45-19h45	Grisolles 18h - 19h.	St. Sauveur 14h15-15h15	Gauré 18h45-19h45	St. Sauveur 18h45 - 20h.	Grisolles 11h20-12h20
	Vacquiers 18h30 - 19h30		Grisolles <small>Jeunes Compétition - Patrick - Eric</small> 18h50 - 20h.		Grisolles <small>Cours technique 7-11 ans</small> 18h - 19h.	
	St-Sauveur 18h45 - 19h45	Teulat 18h45 - 19h45	Bessens 18h45-19h45	Grisolles <small>Cours technique 7-11 ans</small> 18h - 19h.	Vacquiers 18h30 - 19h30	
	Grisolles 18h45-19h45 <small>Ju-jutsu Brésilien</small> Technique de sol Judo		Aucamville 82 19h. - 20h.	St-Sauveur <small>Ados-Adultes loisirs</small>	Vacquiers 18h30 - 19h30	
JUDO Ados-Adultes	<small>St-Sauveur</small> Enfants-Ados-Adultes Loisirs Romain 18h45-19h45 + <small>Vacquiers</small> Ados + Adultes - Steph 19h30-20h30 + <small>Grisolles</small> 18h45-19h45 Ju-jutsu Brésilien Technique de sol Judo		Aucamville <small>Ados Adultes loisirs - salle des fêtes</small> 19h. - 20h.	18h45 - 20h.	St-Sauveur <small>Ados et Adultes Loisirs</small> 18h45 - 20h.	Grisolles <small>Loisirs avec enfants</small> 11h20-12h20
	St-Sauveur <small>Ados-Adultes compet. - Romain</small> 19h45-21h.	Grisolles Compétition <small>Randoris Marron-Noire</small> Patrick - Romain 19h15-20h30	Toulouse <small>Maison du judo avec Pôle Espoir</small> Présence de Patrick 1 fois/mois Compétition 15h-17h.	St-Sauveur <small>Ados-Adultes loisirs</small> 18h45 - 20h.	Grisolles <small>Romain - Benoit - Patrick - Eric</small> compétition 19h15-20h30 + 20h30-21h. <small>Supplément compétiteurs</small>	Dimanche Grisolles Katas 10h-12h. (selon planning)
BOXE + M.M.A. + Karaté	Grisolles <small>Gymnase du collège - Damien</small> Karaté 8 ans à Adultes 19h. - 20h.	St-Sauveur Karaté - Damien 8 ans à Adultes 18h30 - 19h30	Grisolles <small>Damien</small> M.M.A. 20h10 -21h30	Grisolles BOXE Anglaise Damien 19h-20h	Grisolles <small>Damien</small> M.M.A. Technique 20h -21h15	Grisolles <small>Dojo - Marween-Guillaume</small> 17h-18h30 M.M.A. Compétition
	Grisolles BOXE Pied-poing Dojo - Mounir 19h45-21h.	St-Sauveur M.M.A. Damien 19h30-21h.		Toulouse <small>Maison du judo avec Pôle Espoir</small> Présence de Thomas et Francois Randori Compétition 19h30-21h.		
ARTS MARTIAUX Self-défense Ju-jutsu / Taï-chi Sabre Gallactique Ju-jutsu Brésilien	GRISOLLES <small>au Gymnase du collège - Nico</small> SABRE GALLACTIQUE 8 ans jusqu'au Adultes 18h - 19h.		GRISOLLES <small>Salle des fêtes - Silvia</small> Taï-chi 19h45 - 21h.	GRISOLLES <small>Salle ecole primaire - Nico</small> SABRE GALLACTIQUE Adultes 20h-21h15	GRISOLLES <small>au Gymnase du collège</small> Jonathan Self-défense 20h. - 21h30	
	GRISOLLES <small>J.J. Brésilien --> Dojo</small> 18h45-19h45 + Self-Défense 20h. - 21h30 -> Gymnase					