

Arts-Martiaux ---> Judo / M.M.A. / BOXE Anglaise / KICK-BOXING

J.J.Brésilien / Karaté / Ju-Jutsu / Sabre Gallactique / Self-défense

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 <i>Patrick</i> 17h45-18h40	Vacquiers <i>Prise des enfants au centre aéré</i> 17h30-18h20	Grisolles BABY-GYM 3-6 ans Dojo 11h.-11h45	St-Sauveur Dés 7 ans révolu 17h45-18h45	Vacquier <i>Prise au centre aéré</i> 17h30-18h20	Grisolles 10h30-11h20	
	Dieupentale 6-12 ans 18h-19h.		Grisolles Le Grand cours des Baby-judo 16h30 - 17h30				Grisolles Dés 7 ans révolu 17h45 - 18h45
				Bessens 17h45 - 18h45			
Judo Enfant 8 / 12 ans	Dieupentale 18h-19h.	Vacquiers 8 - 14 ans 18h30 - 19h30	Grisolles Patrick 17h45 - 18h45	Grisolles 17h45 - 18h45	Grisolles Compétition Jaune à Verte 18h. - 19h15	Grisolles 11h20-12h20	
	St-Sauveur <i>Patrick</i> Jusqu'à 10 ans 17h45-18h40	Toulouse <i>Complexe Rigal</i> 18h. - 19h.	St-Sauveur Jaune à Bleu - Patrick 14h15 - 15h15	Toulouse <i>Complexe Rigal</i> 18h. - 19h.	St. Sauveur 18h45 - 20h.		
		Grisolles Compétition - Patrick Ceinture Jaune à verte 18h. - 19h15	Grisolles Dés 8 ans révolu 17h45 - 18h45	St. Sauveur 17h45 - 18h45	Vacquiers 18h30-19h30		
Judo Enfant 10 / 14 ans	St-Sauveur <i>Patrick</i> Dés 10 ans 18h45 - 19h45	Vacquiers 8 - 14 ans 18h30 - 19h30	St. Sauveur 14h15-15h15	Grisolles 17h45 - 18h45	St. Sauveur 18h45 - 20h.	Grisolles 11h20-12h20	
	+ 19h50-20h15 Supplément Compétiteur Minimum ceinture verte	Toulouse <i>Complexe Rigal</i> 19h. - 20h.	Bessens 18h45 - 19h45	St. Sauveur 19h. - 20h15	Grisolles Compétition Bleu à Noire 19h30 - 21h.		
	Grisolles Ju-jutsu Brésilien 18h30-20h. Technique de sol	Grisolles Compétition Bleu à Noire Patrick 19h30 - 20h45	Toulouse Ecole Renan 18h30-19h30	Toulouse Grisolles Jeunes Compétition Patrick - Eric 18h50 - 20h.	Toulouse <i>Complexe Rigal</i> 19h. - 20h.		Vacquiers 18h30 - 19h30
			Toulouse Pole Espoir Maison du Judo - Présence Patrick 1 fois/mois Compétition 17h-19h.	St-Sauveur Grand cours des Adultes Loisirs 19h. - 20h15	Grisolles Benoit-Yannick-Oussama Alexandre - Eric Compétition 19h30-21h.		
Loisirs --- JUDO Ados-Adultes Compétition --->	St-Sauveur Enfants-Adultes Loisirs 18h45-19h45	Toulouse <i>Complexe Rigal</i> 20h. - 21h15	Grisolles Ados Adultes loisirs 18h50 - 20h.	St-Sauveur Grand cours des Adultes Loisirs 19h. - 20h15	GRISOLLES Benoit-Yannick-Oussama Alexandre - Eric Compétition 19h30-21h.	Grisolles Loisirs avec enfants 11h20-12h20 Dimanche Grisolles Katas 10h-12h. (selon planning)	
	Dojo de Blagnac 1 chemin du Ferradou Avec Tanguy 19h30-21h30	Grisolles Compétition Bleu à Noire Patrick 19h30 - 20h45	St-Sauveur Willy 18h45-19h30 Prépa Physique 19h30-20h45 Judo Technique	Toulouse Maison du Judo avec Pôle Espoir Présence de Oussama et Francois Randori Compétition 19h30-21h.	Samedi Grisolles Prépa Physique (selon planning)		
BOXE + KICK - BOXING + M.M.A. + Karaté	Grisolles Gymnase du collège - Damien Karaté - Ju-jutsu 8 ans à Adultes 19h. - 20h.	St-Sauveur Boxe +8 ans à Adultes 18h30 - 19h30	Grisolles Damien M.M.A. 20h10 -21h30	Grisolles BOXE Anglaise Damien 18h50-20h	Grisolles M.M.A. Techn. Damien 20h. -21h15		
	Grisolles KICK BOXING Dojo 20h10 - 21h20	St-Sauveur M.M.A. Damien 19h30-21h.		Toulouse Maison du Judo avec Pôle Espoir Présence de Oussama et Francois Randori Compétition 19h30-21h.			
ARTS MARTIAUX Self-défense Ju-jutsu / Tai-chi Sabre Gallactique Ju-jutsu Brésilien	GRISOLLES au Gymnase du collège - Nico SABRE GALACTIQUE 8-18 ans 18h - 19h.		St-Sauveur SABRE GALACTIQUE dès 8 ans -> Adultes 17h45 - 18h45	GRISOLLES Salle ecole primaire - Nico SABRE GALACTIQUE 19h-20h15 Ados-Adultes	GRISOLLES au Gymnase du collège Jonathan Self-défense 20h. - 21h30		
	GRISOLLES J.J. Brésilien 18h30-20h. -> Dojo + Self-Défense 20h-21h30 -> Gymnase		GRISOLLES Salle des fêtes - Silvia Tai-chi 19h45-21h.				