

HORAIRES DES COURS (A partir de septembre 2018)

JOURS	HEURES	LES SABLES D'OLONNE	HEURES	LE CHÂTEAU D'OLONNE	HEURES	VAIRE	HEURES	OLONNE SUR MER
LUNDI	13h00-17h00	Judo Adapté	17h30-18h30	Mini poussin(e)s (2011/2012)				
	19h00-20h30	Arts Martiaux Combinés / Jujitsu (à partir de Minime)	18h30-19h30	Poussin(e)s (2009/2010)			18h30-20h00	Judo Adapté
	20h30-21h30	TAI SO						
MARDI					17h30-18h15	Ninja (2012 à 2014)		
					18h30-19h30	Mini-poussin(e)s /Poussin(e)s/benjamin(e)s (de 2006 à 2011)		
	19h00-20h30	JUDO Ados/Adultes (A partir de 14 ans)			19h30-20h30	Taïso		
MERCREDI								
	10h30-11h30	Poussin-Mini Poussin (de 2009 à 2012)	13h30-14h30	Mini poussin(e)s (2011/2012)				
			14h30-15h30	Poussin(e)s (2009/2010)				
	16h45-17h30	Arbitrage/Katas	15h30-16h15	Ninja (2013/2014)				
	17h30-18h45	Benjamin(e)s/minimes(de 2005 à 2008)						
	19h00-20h00	TAI SO						
	20h00-21h30	Arts Martiaux Combinés / Jujitsu						
JEUDI					17h30-18h30	Mini-poussin(e)s (2011-2012)		
					18h30-19h30	Poussin(es)-Benjamin(es)		
VENDREDI	19h00-20h00	TAI SO	17 h 45 – 19 h 15	Benjamin(e)s/minimes (de 2005 à 2008)				
	20h00-21h30	Arts Martiaux Combinés / Jujitsu	19 h 30 – 21 h 00	JUDO (débutants et confirmés) Ados/Adultes (A partir de 14 ans)				
SAMEDI	10h00-10h45	Ninja (2013-2014)						
	11h00-12h00	Poussin-Mini Poussin (de 2009 à 2012)					10h30-12h00	Cours individuel spécifique.