

PLANNING DES ENTRAINEMENTS SAISON 2025 - 2026						
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
 Instagram : asevry_judo-jujitsu			BABY Judo 1 * (2021) 13h45 - 14h45			JUJITSU 15 Ans et + 10h00 - 12h00
			BABY Judo 2 * (2020) 14h45 - 15h45			RENFO /MUSCU 10h00 - 12h00
			Mini-Poussins 1 (2019) 15h45 - 16h45			Baby-Judo 1 * (2021) 13h30 - 14h30
						BABY-Judo 2 * (2020) 14h45 - 15h45
	Poussins 1 (2017) 17h45 - 18h45	Benjamins (2014-2015) 17h45 - 19H00	Mini-Poussins 2 (2018) 17h00 - 18h00	Poussins 1 (2017) 17H45 - 18H45	Mini-Poussins 2 (2018) 17h45 - 18h45	Mini-Poussins 1 (2019) 16h00 - 17h00
			Poussins 2 (2016) 18h00- 19h00			
TEL: 06 56 72 43 35 01 64 57 77 79	Poussins 2 (2016) 19h00-20h00	Minimes (13/12) Cadets (11/10/09) 19h00 - 20h15	PPG 19h00 - 20h30	Minimes (13/12) Cadets (11/10/09) 19h00 - 20h15	Benjamins (2014-2015) 19h00- 20h15	
	TRAINING / RENFO /MUSCU 20h15- 21h30	Juniors (08/07/06) Séniors (2005 et avant) 20h15 - 21h45	JUJITSU 15 Ans et + 20h30 - 21h45	Juniors (08/07/06) Séniors (2005 et avant) 20h15 - 21h45	JUDO Spec./KATA 20h15- 21h45	
* BABY JUDO 1 ou 2 cours à choisir entre le mercredi <u>ou</u> le samedi						