


# JUDO CLUB 22 : LANNION Cours 2018-2019

- LIEUX de pratique :**
- ▶ DOJO du complexe sportif de la Maison des Sports (PARK-NEVEZ) – Rue des Cordiers 22300 LANNION
  - ▶ DOJO du Collège Charles Le Goffic (noté par \*) – Rue André Bellesort 22300 LANNION

	9H	10H	12H		14H	15H	16H	17H	18H	19H	20H -21H
<b>Lundi</b>								17h - 17h45 <b>BABYDO</b>	18h - 19h15 <b>JUDO</b> <i>Enfants</i>		
<b>Mardi</b>								17h - 18h <b>CHANBARA</b>  [ 7-12 ans ]	18h - 19h15 <b>CHANBARA</b>  [ Ados -Adultes ]	19h15 - 20h45 <b>JUDO</b> <i>Adultes</i> (Débutants- Confirmés)	
<b>Mercredi</b>		10h15-11h <b>BABYDO</b> Nés en 2014 uniquement	11h15-12h <b>BABYDO</b>		13h40 - 15h <b>JUDO</b> <i>Enfants</i> Compétition	15h - 16h <b>PREPA</b> <b>JUDO</b>	16h - 16h45 <b>BABYDO</b>				
<b>Jeudi</b>									17h45 - 19h <b>JUDO</b> <i>Enfants</i>	19h15 - 21h <b>JuJitsu</b> <i>Adultes</i> (Débutants- Confirmés)	21h – 22h15 <b>JuJitsu</b> <i>Brésilien</i>
<b>Vendredi</b>								17h30- 18h30 * <b>JUDO</b> <i>Poussins</i>	18h30 - 20h15 * <b>JUDO</b> <i>Ados-Adultes</i> Entraînement compétition		
<b>Samedi</b>	9h-10h * <b>JUDO :</b> loisirs Katas/UV	10h -11h * <b>CHANBARA</b>	11h-12h * <b>PREPA</b> <b>JUDO</b>		13h45– 15h15 <b>JuJitsu</b> <i>Pré-Ados</i> <i>Ados</i> (Débutants- Confirmés)	15h30-16h45 <b>JUDO</b> <i>Enfants</i>	17h-18h30 <b>Entraînement libre</b> (Katas-UV- Préparation physique groupe Taï)				
			11h-11h45 <b>BABYDO</b>		← GROUPE TAÏ →						