



Planning des cours de Judo et Ju-jitsu

Saison sportive 2022 – 2023

Lieu des cours	Catégories	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Bungalow dans la cour du 103 rue Maurice Arnoux – Entrée par le stade (Travaux Aquapol)	Eveil Judo (2018) Groupe 1						10h00/11h00
	<i>Eveil Judo (2018) Groupe 2</i>						11h00/12h00
	Baby Judo (2017)						13h00/14h00
	Pré-Poussins (2016/2015)						14h00/15h00
	Poussins (2014/2013)						15h00/16h00
Dojo Stade M. Arnoux	<i>Baby Judo (2017)</i>	17h30/18h30				17h30/18h30	13h00/14h00
	Pré-Poussins (2016/2015)	18h30/19h30	17h30/18h30		17h30/18h30		14h00/15h00
	<i>Poussins (2014/2013)</i>	19h30/20h30		16h30/17h30		18h30/19h30	15h00/16h00
	Benjamins (2012/2011)	19h30/20h30		17h30/18h30		19h30/20h30	16h00/17h00
	<i>Minimes (2010/2009)</i>			18h30/19h30		19h30/20h30	16h00/17h00
	Cadets 1 (2008)			18h30/19h30		19h30/20h30	
	<i>Cadets 2 et 3 / Juniors (2007/2003)</i>			19h30/21h30		20h30/22h00	
	Seniors / Vétérans (2002 et avant)			19h30/21h30		20h30/22h00	
	<i>Judo et Ju-jitsu*</i>	20h30/22h00					Judo, Prépa. physique & kata 17h00/18h30

Source : <http://smmjudo92.wix>

Version : mai 2021

Remarques :

- 1 **A NE PAS OUBLIER DANS LE SAC DE JUDO : Une paire de claquettes et une bouteille d'eau.**
- 2 **Merci d'utiliser les vestiaires** comme il se doit pour changer vos enfants ou vous-même et non dans les espaces de circulations des dojos.
- 3 **Vélos et trottinettes** ne doivent pas être descendues dans les dojos et doivent être laissés aux emplacements prévus à cet effet.
- 4 Il est interdit de manger dans les dojos.