



COURS AAMJC

Horaire	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
07:30	Sportlège (Petite Ile) A partir de la 5ème		Sportlège (Petite Ile) A partir de la 5ème	
08:00				
08:30				
09:00				
09:30	TAISO (Petite Ile)		TAISO (Petite Ile)	
10:00		Judo enfant (Petite Ile) 3 - 5 ans		
10:30				
11:00		Judo enfant (Petite Ile) 6 - 9 ans		
11:30				
12:00				
13:30		Judo (Petite Ile) 10 ans et plus		
14:00				
14:30				
16:00			Judo enfant (Petite Ile)	
16:30				
17:00			Judo enfant (Petite Ile)	
17:30	Judo enfant (St Pierre) 18h15			Ju jitsu / Judo (St Pierre)
18:00				
18:30				Ju jitsu / Self defense (St Pierre)
19:00	18h15 Ju jitsu / Judo/ Self defense (St Pierre)			
19:30		Ju jitsu / Self defense (Petite Ile)		
20:00				
20:30				
21:00				