Académie Menneçoise d'Arts Martiaux

01.64.57.32.49 / www.mennecy-dojo.com/

Horaires : saison 2021/2022

DOJO Gérard PIZZONERO (en face de l'Aqua stade)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H30-12H30						KOBUDO 9H30-10H45 AÏKIBUDO 10H45 - 12H30	KOBUDO 10H - 12H
				JUDO HANDI 11H00 - 13H00			
13H - 14H						AIKIBUDO SOFT 13H - 14H	
14H - 15H		JUDO HANDI 14H00 - 15H30	JUDO BABY 1 13H45 - 14H30 JUDO BABY 2 14H30 - 15H15			AIKIBUDO ENFANTS 7 - 15 ans 14H00 - 15H15	
15H - 16H			JUDO BABY 3 15H15 - 16H00			PREPA PHYSIQUE JUDO 15H30 - 16H45	
16H - 17H			PREPA PHYSIQUE MULTI-SECTIONS 16H15 - 17H30			PREPA PHYSIQUE KARATE 16H45 - 18H00	
17H - 18H	JUDO 1 6 - 8 ans 17H30 - 18H30	JUDO 2 8 - 10 ans 17H00 - 18H00	AIKIBUDO ENFANTS 7 - 15 ans 17H30 - 18H30	KARATE 7 - 10 ans 17H00 - 18H00	JUDO 1 6 - 8 ans 17H00 - 18H00		
18H - 19H	KARATE 7 - 10 ans 18H30 - 19H30	JUDO 3 10 - 14 ans 18H00 - 19H00		KARATE 10 - 14 ans 18H00 - 19H00	JUDO 2 8 - 10 ans 18H00 - 19H00		
19H - 20H	KARATE 10 - 14 ans 19H30 - 20H30	TAISO 19H00 - 20H00	KOBUDO 19H00 - 19H45	TAISO 19H00 - 20H00	JUDO 3 10 - 14 ans 19H00 - 20H15		
20h - 21H	KARATE ADULTES 20H30 - 22H30	JUDO 4 ADULTES 20H00 - 22H00	AÏKIBUDO (self-défense) 19H45 - 22H00	KARATE ADULTES 20H00 - 22H00	JUDO 4 ADULTES 20H15 - 22H00		
21H - 22H							