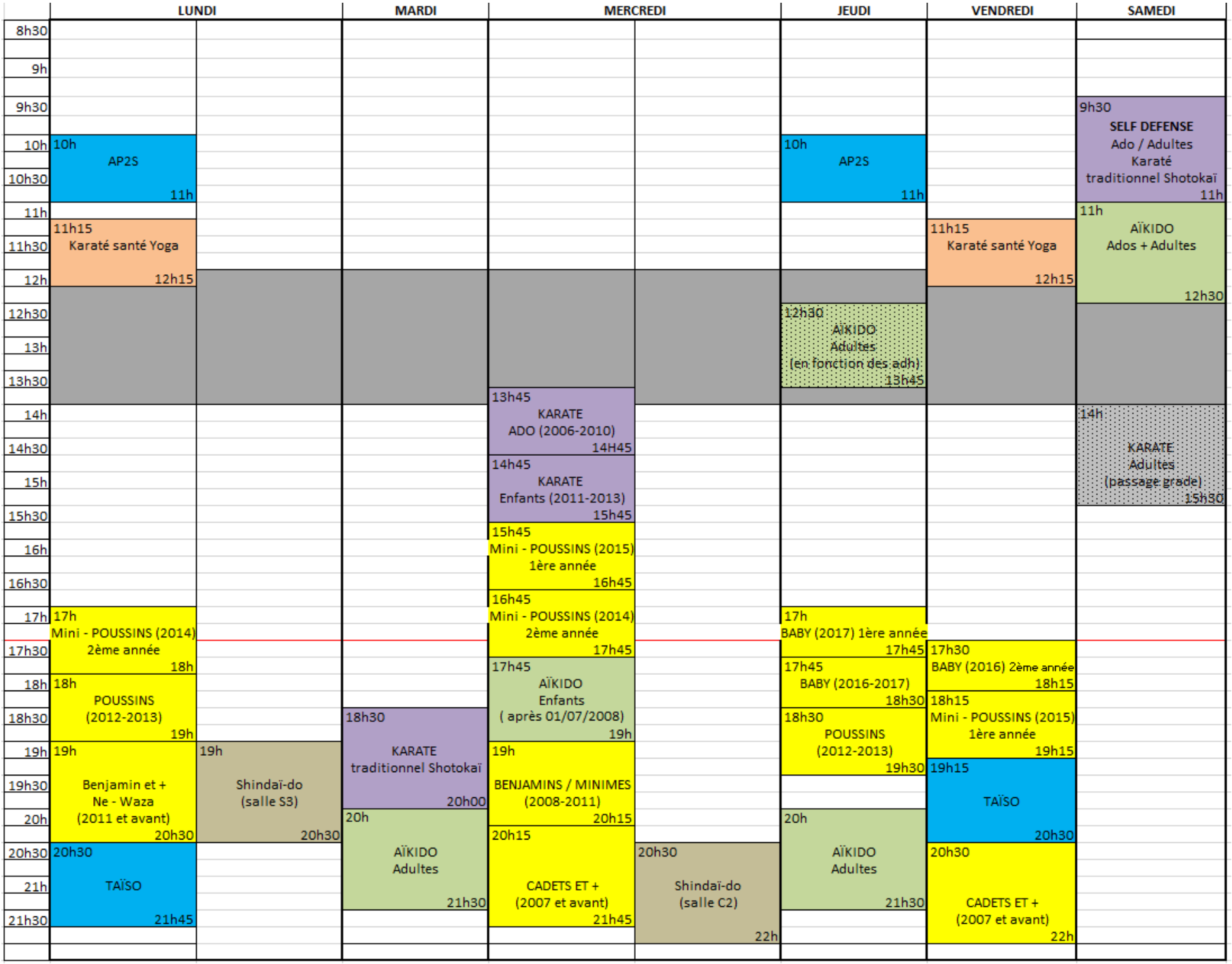

LUNDI
MARDI
MERCREDI
JEUDI
VENDREDI
SAMEDI
8h30
9h
9h30
10h
10h30
11h
11h30
12h
12h30
13h
13h30
14h
14h30
15h
15h30
16h
16h30
17h
17h30
18h
18h30
19h
19h30
20h
20h30
21h
21h30
10h AP2S 11h
11h15 Karaté santé Yoga 12h15
17h Mini - POUSSINS (2014) 2ème année 18h
18h POUSSINS (2012-2013) 19h
19h Benjamin et + Ne - Waza (2011 et avant) 20h30
20h30 TAÏSO 21h45
19h Shindaï-do (salle S3) 20h30
18h30 KARATE traditionnel Shotokaï 20h00
20h AÏKIDO Adultes 21h30
13h45 KARATE ADO (2006-2010) 14H45
14h45 KARATE Enfants (2011-2013) 15h45
15h45 Mini - POUSSINS (2015) 1ère année 16h45
16h45 Mini - POUSSINS (2014) 2ème année 17h45
17h45 AÏKIDO Enfants (après 01/07/2008) 19h
19h BENJAMINS / MINIMES (2008-2011) 20h15
20h15 CADETS ET + (2007 et avant) 21h45
20h30 Shindaï-do (salle C2) 22h
10h AP2S 11h
12h30 AÏKIDO Adultes (en fonction des adh) 13h45
17h BABY (2017) 1ère année 17h45
17h45 BABY (2016-2017) 18h30
18h30 POUSSINS (2012-2013) 19h30
20h AÏKIDO Adultes 21h30
11h15 Karaté santé Yoga 12h15
17h30 BABY (2016) 2ème année 18h15
18h15 Mini - POUSSINS (2015) 1ère année 19h15
19h15 TAÏSO 20h30
20h30 CADETS ET + (2007 et avant) 22h
9h30 SELF DEFENSE Ado / Adultes Karaté traditionnel Shotokaï 11h
11h AÏKIDO Ados + Adultes 12h30
14h KARATE Adultes (passage grade) 15h30