Planning Dojo Unionais - Saison 2022 - 2023

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
8h30						
9h						
9h30						9h30 **SELF DEFENSE** Ado / Adultes Karaté traditionnel Shotokaï 11h
10h	10h AP2S 11h			10h AP2S 11h	10h complément AP2S 11h	
10h30						
11h						11h AÏKIDO Ados + Adultes 12h30
11h30	11h15 Karaté santé Yoga 12h15				11h15 Karaté santé Yoga 12h15	
12h						
12h30				12h30 AÏKIDO Adultes (en fonction des adh) 13h45		
13h						
13h30			13h45 KARATE ADO (2007-2011) 14H45			
14h						
14h30			14h45 KARATE Enfants (2012-2015) 15h45			
15h						
15h30			15h45 Mini - POUSSINS (2016) 1ère année 16h45			
16h						
16h30			16h45 Mini - POUSSINS (2015) 2ème année 17h45			
17h	17h Mini - POUSSINS (2015) 2ème année 18h			17h BABY (2018) 1ère année 17h45	17h30 BABY (2017) 2ème année 18h15	
17h30			17h45 AÏKIDO Enfants (après 01/07/2009) 19h	17h45 BABY (2017-2018) 18h30	18h15 Mini - POUSSINS (2016) 1ère année 19h15	
18h	18h POUSSINS (2013-2014) 19h					
18h30		18h30 KARATE traditionnel Shotokaï 20h00		18h30 POUSSINS (2013-2014) 19h30		
19h	19h Benjamin et + Ne - Waza (2012 et avant) 20h30	19h Shindaï-do (salle S3) 20h30	19h BENJAMINS / MINIMES (2009-2012) 20h15		19h15 TAÏSO 20h30	
19h30						
20h		20h AÏKIDO Adultes 21h30		20h AÏKIDO Adultes 21h30		
20h30	20h30 TAÏSO 21h45		20h15 CADETS ET + (2008 et avant) 21h45	20h30 Shindaï-do (salle C2) 22h	20h30 CADETS ET + (2008 et avant) 22h	
21h						
21h30						