



## COURS ET TARIFS SAISON 2024/2025

Contact : [chaponnayjudo@gmail.com](mailto:chaponnayjudo@gmail.com)/TEL 06 19 21 56 35

### Enfants nés entre 2017 et 2020 (1 cours par semaine)

Cours : 1 cours par semaine (mardi ou mercredi ou samedi)

ANNÉES	GROUPES	JOURS DES COURS	HORAIRES
ÉVEIL JUDO 2019/2020	GROUPE 1	MERCREDI	16H/17H
ÉVEIL JUDO 2019/2020	GROUPE 2	SAMEDI	9H/10H
ÉVEIL JUDO 2019/2020	GROUPE 3	SAMEDI	11H/12 H
MINI POUSSIN 2017/2018	GROUPE 1	<b>MARDI*COMPLET</b>	17H/18H*
MINI POUSSIN 2017/2018	GROUPE 2	MERCREDI	14H00/15H00
MINI POUSSIN 2017/2018	GROUPE 3	SAMEDI	10H00/11H00

- \*Possibilité de pédibus organisé par le centre de loisir

### Enfants nés entre 2012 et 2016 (2 cours par semaine)

Cours : 2 cours par semaine (+ 1 cours optionnel à partir de benjamin 2 année 2013)

ANNÉE	1er COURS	2ème COURS
POUSSIN 1 <sup>ère</sup> année 2016	LUNDI 17H/18H *	JEUDI 17H/18H*
POUSSIN 2 <sup>ème</sup> année 2015 /BENJAMIN 1 <sup>ère</sup> année /2014	LUNDI 18H/19H *	JEUDI 18H/19H*
BENJAMIN 2 <sup>ème</sup> année 2013/ MINIME 1 <sup>ère</sup> année / 2012	LUNDI 19H/20H	JEUDI 19H00/20H00
<b>NOUVEAU 2013 et avant</b>	<b>INITIATION AU JUJITSU (SELF DEFENSE) + ETUDE DES KATA</b>	<b>MERCREDI 17H00/18H00</b>

- \*Possibilité de pédibus organisé par le centre de loisir



## COURS ET TARIFS SAISON 2024/2025

Contact : [chaponnayjudo@gmail.com](mailto:chaponnayjudo@gmail.com)/TEL 06 19 21 56 35

### **Ados/Adultes JUDO/2011 et avant (3 cours par semaine)**

**Cours : 3 cours par semaine**

ANNÉE	1 <sup>er</sup> COURS	2 <sup>ème</sup> COURS	3 <sup>ème</sup> COURS
ADOS/ADULTES	LUNDI 20H00/21H30	MERCREDI 19H30/21H	SAMEDI 8H00/9H00 (PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE + KATA)

### **Ados/Adultes TAISO (renforcement musculaire/Cardio training)**

**2 cours par semaine au choix (mardi/mercredi),(mardi/jeudi),(mercredi/jeudi)**

**Cours : 2 cours par semaine au choix**

ANNÉE	<u>JOURS</u>
ADOS/ADULTES	MARDI 18H/19H
ADOS/ADULTES	MERCREDI 18H30/19H30
ADOS/ADULTES	JEUDI 20H00/21H00