|  |
| --- |
| **Horaires saison 2024-2025 ACAMA ET JUDO-CLUB COMINES** |
| **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** | **Samedi** |
| **Judo + Eveil JJ****(5 – 7 ans)****18h-19h** | **Ju-Jitsu Enfants blanche à Jaune-orange** **(8 – 12 ans)****17h30-18h30** | **Judo****(5 – 7 ans)****17h30-18h30** | **Eveil Ju-jitsu** **(5 – 7 ans)****17h30-18h30** | **Judo Moyen****(8 -12 ans)****18h30-19h45** | **Judo+ Eveil JJ** **(5 - 7ans)****9h- 10h00** |
| **Judo et Ju-Jitsu****Compétitions/physique****(Apd 12 ans)** | **Ju-jitsu Enfants****Orange et plus****(8 à 12 ans)** | **Judo Moyen****(8 -12 ans)** | **Ju-jitsu Enfants****Compétiteurs uniquement****(8 – 12 ans)** | **Ju-Jitsu Elites****Compétiteurs** **(apd 12 ans)** | **Ju-jitsu** **Enfants (8ans et plus)** |
| **19h00-20h30** | **18h30-19h30** | **18h30 -20h** | **18h30-19h30** | **19h45-20h45** | **10h -11h30** |
|  | **Judo et Ju-jitsu Loisir et découverte Adultes****19h30-20h30** |  | **Judo et Ju-Jitsu Adultes** **(Apd 12 ans)****19h30- 21h00** |  | **Ju-jitsu****Adultes****10h-11h30** |