



Horaire des cours 2025 / 2026

Pour le bon déroulement des cours, merci d'arriver 5 à 10 minutes avant les horaires indiqués

	Catégorie d'âge*	Année de naissance	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi		
Judo	Eveil judo	2021			Baby judo 11h30 - 12h30				
		2020							
	Mini-Poussins	2019			Ecole de judo 10h30 - 11h30	Ecole de judo 17h30 - 18h45	Ecole de judo 17h30 - 18h30		
		2018					Ecole de judo 16h30 - 17h30		
	Poussins	2017			Ecole de judo 9h30 - 10h30		Ecole de judo 15h30 - 16h30		
		2016					Judo compétition 14h00 - 15h30		
	Benjamins	2015		Ecole de judo 18h00 - 19h30	Entraînement départemental au dojo van Hauwe 15h30 - 17h00				Préparation aux grades 12h30 - 14h00
		2014							
	Minimes	2013		Judo adultes 19h30 - 21h00	Entraînement départemental au dojo Van Hauwe 18h30 - 20h00	Judo adultes 20h00 - 21h30			
		2012							
	Cadets	2011							
		2010							
		2009							
	Juniors	2008							
		2007							
		2006							
	Seniors	2005 et avant							
Taïso		Tout public		12h30 - 13h30		19h00 - 20h00	10h00 - 11h00		
Ju-Jitsu		Tout public	18h00 - 19h30				11h00 - 12h30		

* Les catégories d'âge sont données à titre indicatif et peuvent être modifiées par les enseignants selon les effectifs, la morphologie et/ou le niveau.

En début de saison, ou ponctuellement avant les vacances des regroupements de cours peuvent être fait en fonction du nombre de judokas. Il est conseillé de se référer régulièrement à l'affichage au dojo ou à la page
« Horaires » du site : <http://esbeffroiltours.free.fr/judo/horaires.php>