



Horaire des cours 2024 / 2025

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	2020			Baby judo 11h30 - 12h30	
2019									
Mini-Poussins	2018				Ecole de judo 10h30 - 11h30	Ecole de judo 17h30 - 18h45	Ecole de judo 17h30 - 18h30		
	2017						Ecole de judo 16h30 - 17h30		
Poussins	2016				Ecole de judo 9h30 - 10h30		Ecole de judo 15h30 - 16h30		
	2015						Ecole de judo 14h00 - 15h30		
Benjamins	2014				Ecole de judo 18h00 - 19h30	Entraînement départemental au dojo van Hauwe 15h30 - 17h00	Judo adultes 20h00 - 21h30	Judo compétition 14h00 - 15h30	Préparation aux grades 12h30 - 14h00
	2013								
Minimes	2012				Judo adultes 19h30 - 21h00	Entraînement départemental au dojo Van Hauwe 18h30 - 20h00			
	2011								
Cadets	2010								
	2009								
	2008								
Juniors	2007								
	2006								
	2005								
Seniors	2004 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.html>