JUDO KENDO CLUB FONTENAISIEN - PLAINE DES SPORTS - 02-51-51-09-91 - Site : jkcf.com

NOUVEAU PLANNING SAISON 2022/2023

	lundi		mardi		mercredi		jeudi		vendredi		samedi	
	Tatami	*Plancher*	*Tatami*	*Plancher*	*Tatami*	*Plancher*	*Tatami*	*Plancher*	*Tatami*	*Plancher*	*Tatami*	*Plancher*
09 h 00			Nettoyage de la salle				Nettoyage de la salle					
09 h 30											9h30 Préparation aux Grades	9h30 **IAIDO** 11h
10 h 00					10h **JUDO (6-9 ans)** 11h							
10 h 30		10h30 **IAÏDO** 12h	10h30 **JUDO ADAPTE** 12h									
11 h 00												
11 h 30					**Babydo** 11h15-12h						**AÏKIDO gradés** 11h-12h30	11h **KENDO** 12h45
12 h 00				12h **KENDO** 13h30								
12 h 30												
13 h 00												
13 h 30												
14 h 00					14h **PREPARATION** 15h							
14 h 30									14h30 **AÏKIDO gradés** 16h30			
15 h 00											15h **JUDO JUJITSU** Préparation Spécifique 18h	15h **KENDO** Préparation Spécifique 18h
15 h 30					**Babydo** 15h -15h45							
16 h 00							**LES COLLEGES**					
16 h 30					16h **JUDO JEUNES** 17H15		16h **JUDO** **KENDO** 17h45					
17 h 00			**JUDO Enfants** 17h15-18h15									
17 h 30						17h30 **KENDO jeunes** 19h15			17h30 **JUDO** 18h45			
18 h 00	18h **TAÏSO** 19h	18h **ÏAÏDO** LIBRE 19h	18h15 **JUDO ADO.** 19h30		**JUDO Perf. KATAS** et **PREPA GRADES**		18h **TAÏSO** 19h15	18h - **IAÏDO** 19h15				
18 h 30												
19 h 00									19h **JUJISTSU** 20h	19h **ÏAÏDO** LIBRE 20h30		
19 h 30	19h15 **AÏKIDO** 21h	19h30 **KENDO adultes** 21h30	19h30 **JUDO-JUJITSU Adultes-Ado.** 21h	19h **IAÏDO** 20h30		19h30 **KENDO adultes** 21h15	19h30 **AÏKIDO** 21 h		**JUDO** 20h **Adultes** 20h-21h30			
20 h 00												
20 h 30												
21 h 00												
21 h 30												
22 h 00												