

PLANNING DES COURS - SAISON 2018/2019



DOJO MICHELET

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI
Lieu	Lieu	Lieu	Lieu	Lieu
		(17h45)18:00-18:45		14:15-15:00
		3/4 ans		3/4 ans
(18h00)18:15-19:00		7/9 ans Débutants		7/9 ans Débutants
7/9 ans Débutants		(18h30)18:45-19:30		15:00-15:45
	(18h15)18:30-20:00	5/6 ans	(18h15)18:30-19:30	5/6 ans
	Ados/Adultes (cours compétition)	10/12 ans Débutants	Ados/Adultes (cours compétition)	10/12 ans Débutants
(18h45)19:00-20:00		(19h15)19:30-20:30		15:45-16:45
7/12 Avancés	Ados/Adultes (Débutants : ceintures blanches à jaunes)	7/12 Avancés	(19h15)19:30-20:30	7/12 Avancés
		Ados/Adultes (Débutants : ceintures blanches à jaunes)	Ados/Adultes (cours traditionnel)	
(19h45)20:00-21:30	(19h45)20:00-21:30			
	Ados/Adultes (cours traditionnel)	(20h15)20:30-21:00	(20h15)20:30-21:30	16:45-18:15
Ados/Adultes (tous niveaux)		Ados/Adultes (tous niveaux)	Body Karaté	Ados/Adultes (tous niveaux)

MODALITES D'ACCES AU DOJO : LES DESCENTES S'EFFECTUERONT DORÉNAVANT **15 MIN AVANT LE DÉBUT DE CHAQUE HORAIRE** AFIN DE LAISSER LE TEMPS POUR SE METTRE EN TENUE ET COMMENCER AINSI LE COURS À 'LHEURE. (EXEMPLE : DESCENTE DU GROUPE A 17H45 POUR LE COURS DE 18H00)