

PLANNING DES COURS / SAISON 2025/2026

DOJO André Bloch

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	17h30-18h45 enfants		17h30-18h30 enfants		10h30-11h30 éveil / baby-judo 1
	19h-20h15 adolescents / adultes		18h45-20h15 adolescents / adultes		11h30-12h30 éveil / baby judo 2
	20h30-22h self-defense féminine		20h30-22h préparation physique / kata / Qi gong santé		13h-14h préparation physique / kata / Qi gong santé