



Horaire des entrainements : (à partir de 7 ans)

- Lundi cours de Taïso : à partir de 13h30 à 15h00
(Débutants-Avancés Ado/Adultes)
- Mardi cours de Judo/Jiu-Jitsu : à partir de 18h00 à 19h30
(Débutants-Avancés+occasionellement Ado/Adultes)
- Jeudi cours de Taïso : à partir de 13h30 à 15h00
(Débutants-Avancés Ado/Adultes)
- Vendredi cours de Judo/Jiu-Jitsu : à partir de 18h00 à 19h30
(Débutants-Avancés)
à partir de 19h30 à 21h00
(Adolescents-Adultes)
- Dimanche : à partir de 10h00 à 12h00
(Judo, Jiu-Jutsu, Self défense, Judo Loisirs, Taïso)
(Adolescents-Adultes)

Contact : Ralph 0664299197
Site : jjjcs.sportsregions.fr