

Horaires des cours de l'ALLIANCE REVARD JUDO : Aix - Culoz - Chambéry - Les Déserts - Virieu - Yenne

Saison 2018/2019

Attention : il n'y a pas cours pendant les vacances scolaires

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
JCA _ Aix-les-Bains Dojo Aixois 1445 Bd Lepic		10h - 12h : Sport Santé <i>contact : Françoise</i>	15h - 16h : Eveil judo 16h - 17h30 : C1 17h30 - 19h : C2	10h - 12h : Sport Santé <i>contact : Françoise</i>		10h - 11h30 : Self Defense
	18h30 - 20h : Jujitsu Enfant (8 à 11 ans)	18h - 19h30 : C3 / C4	17h30 - 19h : cours Compétition		18h - 19h30 : C3 / C4	
	20h - 21h30 : Jujitsu Adulte (+12 ans)	20h - 21h30 : Judo Adultes	19h - 21h30 : Kata et travail perso	20h - 21h30 : Jujitsu Adultes	20h - 21h30 : Judo Adultes	
JCA _ Grésy sur Aix Salle Omnisport					17h - 18h : Enfants de 4 à 7 ans 18h - 19h30 : Enfants de 8 ans et +	
JCA _ Tresserve Salle polyvalente			9h - 10h : enfants - 4 à 6 ans			
	17h45 - 19h15: enfants dès 7 ans					
Culoz Gym Falconnier Av de Genève				17h15 - 18h15 : enfants de 4 à 7 ans 18h15 - 19h30 : enfants de 8 à 13 ans 20h - 21h30 : 14 ans +++ Adultes		
Chambéry Shobukai Salle Jean Desboeufs 185 Quai Allobroges		17h15 - 17h45 : Ecole de judo B (kata) 17h45 - 18h45 : Technique + randori 18h45-19h15: Kata (collège)	11h - 11h50 Eveil Judo 14h - 15h30 Ecole de judo A 15h30 - 17h Ecole de judo B			9h30 - 11h Entraînement ARJ jeunes compétiteurs 14h30 - 17h30 : Stages <i>samedi : selon calendrier</i>
	17h15 - 18h45 : Ecole de judo A	18h45-20h : Ado/Adultes Kata Expre Tech 20h-21h30 : Ado/Adultes Tech + Randori	17h - 18h15 : Kata	20h30 - 22h : Ado/Adultes Tech +Randori		
Les Déserts Mairie				17h - 18h : enfants de 4 à 6 ans 18h15 - 19h45 : enfants de 7 à 14 ans 20h - 21h : Self Defense dès 14 ans		
Virieu le Grand Z.A. La Combe			16h15 - 17h15 : pré-judo (4/5 ans) 17h30 - 19h : 6 ans et +			
Yenne Route de Lucey			10h45 - 11h45 : Eveil Judo 4-5 ans + 6 ans 1ère A			
		17h30 -18h30 : Enfants 6 (2e A) à 8 ans 18h30 -20h : Enfants de 9 à 12 ans 20h -21h30 : Judo Jujitsu Ado / Adultes			20h - 21h30 : Judo Jujitsu Self Ado / Adultes (13 ans ++)	

Cours Aixois

Eveil judo: enfants nés en 2013 et 2014

C1: débutants nés en 2011 et enfants nés en 2012

C2: débutants nés en 2009 et 2010 , non débutants nés en 2010 et 2011

C3 : débutants nés de 2007 et 2008 , non débutants nés de 2008 à 2009

C4 : débutants nés de 2005 à 2006 , non débutants nés de 2005 à 2007

C5: nés en 2004 et avant

Catégories pour les compétitions - saison "scolaire"

Eveil	2013 - 2014	Minimes	2005 - 2006	Eveil judo	2012 (débutants),2013, (2014)
Mini-poussins	2011 - 2012	Cadets	2002 - 2003 - 2004	Ecole de Judo A	2009 (débutants) 2010 à 2012 (non Deb.)
Poussin	2009 - 2010	Juniors	1999 - 2000 - 2001	Ecole de Judo B	2005 à 2009 Non Débutants
Benjamins	2007 - 2008	Séniors	1998 et avant	Ado / Adultes	Jusqu'à 2004 inclus

Cours Dojo Chambérien