

Dojo Nantais Planning Petit Port 2020-2021

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
9 H						
10 H						P23 10h00-11h00 Chanbara Enfant
11 H						P12 10h30-12h15 PPG + Judo Haut-Niveau + Benjamin.e.s Minimes
12 H	P1 12h00 -13h30 PPG + Judo Haut-Niveau					
13 H						
14 H						
15 H			P5 15h30-16h30 Poussinet.te.s	P9 15h00-16h30 PPG + Judo Haut-Niveau		
16 H						
17 H		17h00-17h50 P14 Taïso Seniors	P7 17h15-18h30 Poussin.e.s et Benjamin.e.s Loisirs	P8 17h30-18h30 Judo Technique Haut-Niveau		
18 H	P2 17h45-19h00 Poussinet.te.s - Poussin.e.s	P3 18h00-19h30 Benjamin.e.s Minimes	P15 18h30-19h30 Taïso		P21 18H00-20H30 JJB 2007 à 2003	P10 18h00-19h30 Benjamin.e.s - Minimes
19 H	P13 19h00-20h00 Taïso Cross training					
20 H	P16 20h00-21h30 Jujitsu Self défense	P4 19h30-21h30 Judo Haut-Niveau	P19 20h00-22h00 Aïkido	P20 19H15-21H00 JJB 2007 et avant	P17 19h00-20h30 Jujitsu (Fighting System)	P11 19h30-21h30 Judo Haut-Niveau
21 H						
	Judo		Eveils 1 : 2016 Eveils 2 : 2015	Poussinet.te.s : 2014 - 2013 Poussinet.te.s : 2014 - 2013	Benjamin.e.s : 2010 - 2009 Minimes : 2008 - 2007	Cadet.te.s : 2006 à 2004 Juniors : 2003 à 2001
						Seniors : 2000 et avant