

Dojo Nantais Planning Coidelle 2023-2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
9 H			C5 9h30-10h15 Eveils			C17 9h30-10h15 Eveils
10 H			C6 10h15-11h15 Poussinets			C18 10h15-11h15 Poussinets
11 H			C7 11h15-12h15 Poussins + Benjamins			C19 11h15-12h15 Poussinets
12 H	C1 12h30-13h30 Technique-kata-randori					
13 H						
14 H			C8 14h00-15h30 Benjamins Orange min / Minimes (confirmés)			
15 H			C9 15h30-16h30 Poussinets			
16 H			C10 16h30-17h15 Eveils judo			
17 H	C2 17h30-18h30 Poussins + Benjamins		C11 17h30-18h30 Poussins		C14 17h30-18h30 Poussins + Benjamins	
18 H	C3 18h30-20h00 Benjamins Orange min et Minimes		C12 18h30-19h30 Benjamins / Minimes (débutants)		C15 18h30-20h00 Benjamins Orange min et Minimes	C20 18h30-19h30 Taïso
19 H						
20 H	C4 20h00-21h30 Cadets Juniors Seniors Loisirs		C13 19h30-21h30 Cadets Juniors Seniors Loisirs		C16 20h00-21h30 Cadets Juniors Seniors Loisirs	
21 H						

Judo	Eveils 1 : 2019	Poussinets : 2017-2016	Benjamins : 2013 - 2012	Cadets : 2009 à 2007	Seniors : 2003 et avant
	Eveils 2 : 2018	Poussins : 2015 - 2014	Minimes : 2011 - 2010	Juniors : 2006 à 2004	