

GRATUITInscription dès votre première séance
nous prêtons les judogis si besoin

Licence été gratuite FFJDA

HENIN JUDO JU-JITSU*ouvert a toutes et tous***juillet août 2016**Judo Ju-jitsu
HeninFéminin
Masculin**E F Mitterrand**
HENIN BEAUMONT

les non adhérents au club en 2015-2016, doivent fournir un certificat médical de moins de 3 mois

	discipline	horaires	à partir de	Dates en juillet	Dates en août
lundi	JUDO / KATA	18h30 20h00	10 ans (né 2006 et avant)	11 – 18 – 25	1 – 8 – 22 pas cours le 15
mardi	Footing + sports collectifs	18h30 20h30	11 ans (né 2005 et avant)	5 – 12 – 19 – 26	2 – 9 – 16 – 23
mercredi	judo technique sol	10h30 12h00	10 ans (né 2006 et avant)	6 – 13 – 20 – 27	3 – 10 – 17 – 24
jeudi	Footing + sports collectifs	18h30 20h30	11 ans (né 2005 et avant)	7 – 21 – 28	4 – 11 – 18 – 25
	Marche nordique et/ou taïso	19h00 20h30	11 ans (né 2005 et avant)	7	18 – 25
vendredi	judo technique sol	10h30 12h00	8 ans (né 2008 et avant)	8 – 22 – 29	5 – 12 – 19 - 26
	sports collectifs	14h30 16h00	6 ans (né 2010 et avant)	8 – 22 – 29	5 – 12 – 19 - 26