



JUDO LONS 64

Horaires des cours

2024/2025

Éveil Judo : 2020-2021 et *2019 au choix Eveil ou E1*

Dès 3 ans

Mardi 17h-17h45
Mardi 17h45-18h30
Mercredi 11h15-12h



E1: 2018 Débutants et 2019 non débutants

Lundi 18h-19h
Jeudi 18h-19h

E2: 2015-2016-2017 et 2018 Non Débutants

Mercredi 13h30-15h
Samedi 10h30-11h45

E3: 2012-2013-2014

Mardi 18h30-20h
Samedi 11h45-13h
Mercredi 15h-16h30 : Compétition

A: Adolescents avant 2011 et Adultes

Lundi 19h-20h45
Jeudi 19h-20h45
Mercredi 16h30-17h15 : Cours Kata
Samedi 13h-14h30 : Cours Technique + Kata

Cadet(te)s : 2008-2009-2010
Juniors : 2005-2006-2007
Seniors(adultes) : 2004 et avant

Gym Self-Défense: Avant 2009

Mardi 20h-21h30

☎ 06.95.33.67.64

bureaujudolons@gmail.com - <https://judolons64.fr/>

faceBook / Instagram Judolons64