




DOJO RAPHELOIS

SAISON 2018/19



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
10h15					
11h			Eveil motricité 3 ans		
16h15					
17h			Eveil judo 4ans		
17h15					
17h45			Eveil judo 5 ans		
18h		JUDO 6/9 ans			JUDO 6/9 ans
18h30	Karaté 7/14 ans	JUDO 9/13 ans		Karaté 7/14 ans	JUDO 9/13 ans
19h			CROSS TRAINING		
19h30					
19h45	Karaté ado/adultes			Karaté ado/adultes	
20h		JUDO ADO/ADULTES			JUDO ADO/ADULTES
20h30			Taiso		
21h					

柔道