

Judo-Club et Disciplines Associées

Longeville lès St-Avoid



Saison 2022-2023

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
16h00 - 17			Groupe 1		
17h00			Groupe 2		Groupe 2
17h15 - 18h	Groupe 1				
18h00 - 19h	Séance complémentaire Judokas gradés des groupes 2 et 3		Groupes 3 et 4		Groupe 3
19h00 - 20h00	Groupe 4 et Séniors	Jujitsu	Préparation physique ados/adultes	Jujitsu	Groupe 4 et Séniors
20h00 - 21h00					

Plus d'informations sur : www.judo-longeville.com

