

## Horaires saison 2024-2025 ACAMA ET JUDO-CLUB COMINES

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<b>Judo + Eveil JJ</b> (5 – 7 ans) 18h-19h	<b>Ju-Jitsu Enfants</b> blanche à Jaune- orange (8 – 12 ans) 17h30-18h30	<b>Judo</b> (5 – 7 ans) 17h30-18h30	<b>Eveil Ju-jitsu</b> (5 – 7 ans) 17h30-18h30	<b>Judo Moyen</b> (8 -12 ans) 18h30-19h45	<b>Judo+ Eveil JJ</b> (5 - 7ans) 9h- 10h00
<b>Judo et Ju-Jitsu</b> Compétitions/physique (Apd 12 ans)  19h00-20h30	<b>Ju-jitsu Enfants</b> Orange et plus (8 à 12 ans)  18h30-19h30	<b>Judo Moyen</b> (8 -12 ans)  18h30 -20h	<b>Ju-jitsu Enfants</b> <u>Compétiteurs</u> <u>uniquement</u> (8 – 12 ans)  18h30-19h30	<b>Ju-Jitsu Elites</b> Compétiteurs (apd 12 ans)  19h45-20h45	<b>Ju-jitsu</b> Enfants (8ans et plus)  10h -11h30
	<b>Judo et Ju-jitsu</b> Loisir et découverte Adultes 19h30-20h30		<b>Judo et Ju-Jitsu</b> Adultes (Apd 12 ans) 19h30- 21h00		<b>Ju-jitsu</b> Adultes  10h-11h30