

PLANNING 2024 - 2025

DOJO

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8 H			Ménage				
9 H							
10 H		CLUB DES LACS Gym douce 10 H 30 - 12 H					Karaté 10 H 30 - 11 H 30
11 H							
12 H							
13 H							
14 H				JUDO 14 H - 15 H 30		Dragons 14 H - 16 H	Zanshin Karaté (ponctuellement) 14 H - 19 H
15 H							
16 H			JUDO 16 H 15 - 18 H 30			Boxing des Abers 17 H - 19 H	
17 H							
18 H	JUDO 17 H - 19 H 15						
19 H	KARATE 19 H 15 - 20 H 30	Dragons 19 H - 20 H	Dragons 19 H - 21 H	FOYER LAIQUE Sophrologie 19 H 15 - 21 H 15	Dragons 19 H - 21 H		
20 H		Boxing des Abers 20 H - 22 H					
21 H							
22 H							
23 H							