

		lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
9h	0						
	15						
	30						
	45						
10h	0						10h – 11h Éveil / Baby
	15						
	30						
	45						
11h	0						11h – 12h30 Taïso
	15						
	30						
	45						
12h	0						
	15						
	30						
	45						
16h	0						
	15						
	30			16h30 – 17h30 Éveil / Baby			
	45						
17h	0						
	15				17h15 – 18h15 Pré-poussin		
	30			17h30 – 18h30 Pré-poussin			
45							
18h	0						
	15	18h15 – 19h30 Poussin / Benjamin / Minime			18h15 – 19h30 Poussin / Benjamin / Minime		
	30						
45							
19h	0			18h45 – 20h15 Taïso			
	15						
	30						
45		19h30 – 21h Ado-Adulte			19h30 – 21h Préparation Physique Général Ju-Jitsu Fighting		
0							
20h	15						
	30						
	45						
	0						
21h	15						
	30						
	45						
	0						