



PLANNING SAISON 2026-2027

| Lundi   | Mardi   | Mercredi   | Jeudi   | Vendredi  | Dimanche   |  |  |
|---|---|--|---|---|--|--|--|
| Eveil - 2021-2022<br>Mini Poussins - 2019-2020<br>Poussins - 2017-2018<br>Benjamins - 2015-2016<br>Minimes - 2013-2014<br>Cadets - 2010-2012<br>Juniors/Seniors - 2009 et avant |   | Eveils<br>13h00-13h45<br>Professeur: Jean-Michel DELUGE                                |  |  | Tai-Jitsu Do<br>10h00-11h00<br>Professeur: Sylvain PETIT                                 |  |  |
|   |   | Mini-Poussins<br>13h45-14h45<br>Professeur: Jean-Michel DELUGE                         |   |   | Tai-Jitsu Do Enfant 9-13 ans<br>11h00-12h00<br>Professeur: Sylvain PETIT                 |  |  |
|   |   | Eveils<br>14h45-15h45<br>Professeur: Jean-Michel DELUGE                                |   |   |  |  |  |
|   |   | Eveils<br>15h45-16h30<br>Professeur: Jean-Michel DELUGE                                |   |   |  |  |  |
|   |   | Sport Adapté<br>16h00-17h00<br>Professeur: Adrien HOUSSAIS                             |   |   |  |  |  |
|   |   | Eveils<br>17h00-17h45<br>Professeur: Adrien HOUSSAIS                                   |   |   |  |  |  |
|   | Mini-Poussins<br>17h30-18h30<br>Professeur: Rodolphe CERISIER   | Poussins 2 - Benjamins<br>17h45-19h00<br>Professeur: Adrien HOUSSAIS                   |   |   |  | Mini-Poussins - Poussins<br>17h30-18h30<br>Professeur: Lionel GUILLOT                | Mini-Poussins - Poussins<br>17h30-18h30<br>Professeur: Rodolphe CERISIER |
|   | Minimes-Seniors<br>18h30-20h30<br>Professeur: Rodolphe CERISIER | Préparation physique - Salle Pierre David<br>19h15-20h15<br>Professeur: Victor TESSIER |   |   | Tai-Jitsu Do<br>19h00-20h30<br>Professeur: Sylvain PETIT                                 | Taiso / Sport santé - Salle Multisports<br>19h30-20h30<br>Professeur: Lionel GUILLOT | Benjamins - Minimes 1<br>18h30-20h00<br>Professeur: Rodolphe CERISIER    |
|   | Tai-Jitsu Do<br>20h30-22h30<br>Professeur: Sylvain PETIT        |  |   |   | Tai Defense<br>20h30-22h00<br>Professeur: Sylvain PETIT                                  | Ju-Jitsu<br>20h00-22h00<br>Professeur: Marianne SIX                                  | Minimes 2 - Seniors<br>20h00-22h00<br>Professeur: Rodolphe CERISIER      |
|   |   |  |   |   | Judo débutants - Salle Multisports<br>19h00-20h00<br>Professeur: Magaly DODARD-TREVARAIN |  |  |

Les activités de Ju-jitsu, Tai-Jitsu Do et Self defense sont ouvertes à partir de 14 ans révolus.