



ALBI JUDO CLUB

4 rue Paul Bermond à Albi

Contact : Stéphane Béga
Téléphone : 06 20 83 64 09
Courriel : begastephane@yahoo.fr



CRENEAUX HORAIRES JUDO

Catégories	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Éveil judo 3 – 4 ans					10h - 10h55
Éveil judo / mini poussins 5 – 6 ans					11h - 11h55
Mini poussins 6 ans (confirmé)	17h05 - 18h			17h05 - 18h	
Mini poussins 7 ans					
Poussins 8 ans		15h - 16h			
Poussins 9 ans					
Benjamins 10 – 11 ans	18h - 18h55	14h30 – 16h Séances spécifiques sur sélection du professeur		18h - 18h55	
Minimes 12 – 13 ans					
Cadets à seniors 14 ans et +	19h - 21h		19h - 21h		14h30 - 16h30*
Séances spécifiques compétition et kata 13 ans et +				19h - 20h30	

*créneaux horaires EXEPTIONNELS, entrainements uniquement aux dates communiquées par le professeur.

ALBI JUDO CLUB vous accueille à partir de 3 ans pour **pratiquer le JUDO** encadrés par des professeurs diplômés et qualifiés.

Sport d'équilibre, sport éducatif, sport de défense, le JUDO est **adapté à toutes les tranches d'âge** de la pratique santé et loisir jusqu'à la préparation aux compétitions.

ALBI JUDO CLUB

Contact : Stéphane Béga 06 20 83 64 09
<http://albijudo.e-monsite.com>

