

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h						DOJO Réservé AIKIDO	DOJO Réservé KARATÉ
11h							
12h							
13h							
14h							
15h							
16h							
17h							
18h	AIKIDO	18h00 - 19h00 ENFANTS <i>Christophe RIJO</i>		AIKIDO	17h30 - 18h30 Préparation de Grades Karaté Traditionnel <i>Christophe RIJO</i>		
19h		19h00 - 20h15 Karaté ADO - ADULTES <i>Martial SALVADOR Christophe RIJO</i>			18h30 - 19h45 Karaté Défense Training <i>Christophe RIJO</i>		
20h			19h30 - 21h00 ADO - ADULTES FULL KARATE CONTACT <i>David RUFFIER</i>				
21h							

