

JUDO CLUB SAINT GELY

4 Plan du Mourvedre, 34270 St Mathieu De Treviers . Tél: 06 41 48 05 20
Email: fabienjudo@outlook.fr — Site <https://judosaintgely.sportsregions.fr/>



Horaires des cours

E
N
F
A
N
T

N°1– BABY JUDO 2016/2017

Mercredi et Samedi 14h-14h45

N°2– PRE POUSSIN 1 - 2015

Mercredi et Samedi 15h00-16h00

N°3– PRE POUSSIN 1 - 2014

Lundi et jeudi 17h30-18h30

N°4– POUSSIN - 2012/2013

Lundi et Jeudi 18h30-19h30

N°5– BENJAMIN - MINIME1 2009 à 2011

Mardi et Vendredi 18h00-19h15

Mercredi (kata/Tech) 17h30/18h30

A
D
O

A
D
U
L
T
E

JUDO (loisir, compétition)

Mardi, Vendredi 19h30– 21h00

JUJITSU

Lundi 19h45-21h00

Mercredi 19h15-20h30 (judo/jujitsu)

TAISO

Jeudi 19h45– 21h00

Fabien LORENZO DEJEPS
Ingrid RECHE DEJEPS

Préparation physique compétiteur à partir de minime
A la forge—voir Fabien

INSCRIPTIONS Fabien : 06 41 48 05 20 / Ingrid : 06 82 45 37 29 -

Dojo: Espace Georges Brassens, salle Marielle RIO, Saint Gély du Fesc
Certificat médical obligatoire

JUDO CLUB SAINT GELY

4 Plan du Mourvedre, 34270 St Mathieu De Treviers . Tél: 06 41 48 05 20
Email: fabienjudo@outlook.fr — Site <https://judosaintgely.sportsregions.fr/>



Horaires des cours

E
N
F
A
N
T

N°1– BABY JUDO 2016/2017

Mercredi et Samedi 14h-14h45

N°2– PRE POUSSIN 1 - 2015

Mercredi et Samedi 15h00-16h00

N°3– PRE POUSSIN 1 - 2014

Lundi et jeudi 17h30-18h30

N°4– POUSSIN - 2012/2013

Lundi et Jeudi 18h30-19h30

N°5– BENJAMIN - MINIME1 2009 à 2011

Mardi et Vendredi 18h00-19h15

Mercredi (kata/Tech) 17h30/18h30

A
D
O

A
D
U
L
T
E

JUDO (loisir, compétition)

Mardi, Vendredi 19h30– 21h00

JUJITSU

Lundi 19h45-21h00

Mercredi 19h15-20h30 (judo/jujitsu)

TAISO

Jeudi 19h45– 21h00

Fabien LORENZO DEJEPS
Ingrid RECHE DEJEPS

Préparation physique compétiteur à partir de minime
A la forge—voir Fabien

INSCRIPTIONS Fabien : 06 41 48 05 20 / Ingrid : 06 82 45 37 29 -

Dojo: Espace Georges Brassens, salle Marielle RIO, Saint Gély du Fesc
Certificat médical obligatoire