

Carcassonne Olympique Judo & Ju Jitsu 11

Saison 2017/2018

Les enseignants:

FONGHETTI Didier, Directeur technique BEES 1, 4ème Dan

OURNAC Claude, BEES 1, 5ème Dan

LISE Elsa , BEES 1 3ème Dan

JUFFROY Cyril, BEES 1, 3ème Dan

BOUSQUIE Anaïs BEES 1 2ème Dan

Tous les cours sont dispensés par des enseignants diplômés d'état. Durant les vacances scolaires (petites ou grandes), Des stages d'un ou plusieurs jours sont proposés aux adhérents, tandis que des cours de Judo et de Ju Jitsu sont aménagés pour les enfants, les adultes et les adolescents.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		10h00 à 10h45 Baby 2013			10h00 à 11h00 Mini poussin 2010
		10h45 à 11h30 Baby 2012			11h00 à 12h Poussins Benjamins 2009/08/07
		14h00 à 15h00 Mini poussins 1 (2011)			
		15h00 à 16h00 Mini poussins 2010			
		16h00 à 17h00 Poussins 2008/2009			
		17h00 à 18h00 Benjamins 2006/2007		17h30 à 18h45 Benjamins minimales 2004 05 06 07	
17h30 à 18h30 Mini poussins (2010 2011)					
18h30 à 19h30 Poussins (2008/2009)		18h00 à 19h00 Minimes 2004/2005	17h00 à 18h00 Kata		
19h30 à 20h45 Judo Adultes Ne Waza Grades	18h30 à 19h30 Ju Jitsu Self defense	19h15 à 20h30 Cadets et + (2003 et avant)	18h00 à 19h00 Ju Jitsu Enfants	19h00 à 20h30 Cadets et + (2002 et avant)	
	19h30 à 20h30 Ju Jitsu Combat		19h00 à 20h30 Ju Jitsu		

Carcassonne Olympique 10 Av. Général Sarrail 11000 Carcassonne 04 68 47 82 87

www.carcassonne-olympique.fr