



JUDO EN EXTERIEUR

PLANNING HEBDOMADAIRE



LA DRACENIE (DRAGUIGNAN LA MOTTE TRANS-EN-PROVENCE)

TRANS-EN-PROVENCE Salle des Baumes à l'extérieur du Dojo	LUNDI		Contact: Christophe 06 29 57 35 81 
	Maternelles	17h00 à 17h45	
Primaires	17h45 à 18h45		
MERCREDI			
Maternelles	9h30 à 10h15		
Maternelles	10h15 à 11h		
Primaires	11h00 à 11h45		
Primaires	11h45 à 12h30		
DRAGUIGNAN Au parc Haussmann	Primaires&Ados	14h30 à 15h30	
	Maternelles	15h30 à 16h15	
LA MOTTE Pinède du stade des Rouvières	Maternelles	17h00 à 17h45	
	Primaires&Ados	17h45 à 18h45	
JEUDI			
DRAGUIGNAN Au parc Haussmann	Maternelles	17h00 à 17h45	
	Primaires&Ados	17h45 à 18h45	

GASSIN

Devant la salle de judo	MERCREDI		Contact: Franck 06 73 24 31 51 
	Tous les enfants	14h00 à 15h00	
SAMEDI		Contact: Sébastien 06 11 04 47 86 	
Tous les enfants	10h00 à 11h00		

MONTAUBOUX

Sur le terrain multisports à côté du cinéma	MERCREDI		Contact: Sébastien 06 11 04 47 86 
	Tous les enfants	10h00 à 11h00	
	SAMEDI		Contact: Christophe 06 29 57 35 81 
Tous les enfants	11h00 à 12h00		
	TAÏSO ADULTES *	9H30 à 10h45	Sur réservation auprès de Christophe

LA LONDE ET LE LAVANDOU

LA LONDE Au parc de la Brûlade	LUNDI		Contact: Sébastien 06 11 04 47 86 
	Maternelles	17h00 à 17h45	
	Primaires	17h45 à 18h45	
DIMANCHE		Contact: Sébastien 06 11 04 47 86 	
Maternelles	10h00 à 10h45		
Primaires&Ados	10h45 à 11h45		
LE LAVANDOU Pinède de la Favière (lieu de l'évènement "Sport en lumière")	MERCREDI ET DIMANCHE		Contact: le mercredi Franck 06 73 24 31 51 Contact: le dimanche Sébastien 06 11 04 47 86
Maternelles	17h00 à 17h45		
Primaires&Ados	17h45 à 18h45		

SAINT-RAPHAEL

Au CRAPA le mardi et le vendredi *Devant salle PACI le samedi	MARDI VENDREDI SAMEDI*		Contact: Christophe 06 29 57 35 81 
	Ados/Adultes	17h45/18h45	
Devant la salle PACI à côté du stade de foot	MARDI ET JEUDI		Contact: Franck 06 73 24 31 51 
	Maternelles	17h00 à 17h45	
	Primaires	17h45 à 18h45	
	MERCREDI		Contact: Christophe 06 29 57 35 81 
	Maternelles	10h00 à 10h45	
Primaires	10h45 à 11h45		
SAMEDI			
Maternelles	16h00 à 16h45		
Primaires	16h45 à 17h45		

* **Entretien Physique**

Pour toutes ces séances, prévoir:

- 1 tenue de sport + la veste et ceinture de kimono (Excepté le Taïso)

- 1 gourde ou petite bouteille d'eau



En cas de pluie, les cours seront annulés et si le temps est mitigé, prière de contacter le professeur du cours par sms ou appel pour vous assurer de la tenue de la séance.