

PLANNING DES COURS DE LA SAISON 2021-2022

SAISON 2021-2022	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H -11H	CONTACTS : HERVY CHRISTELLE PRESIDENTE : 06 61 40 67 44 FATH FREDERIC VICE PRESIDENT : 06 74 44 11 44 MAIL : info@karatepornichet.fr SITE INTERNET : www.karatepornichet.com					LIEU : COMPLEXE SPORTIF AVENUE DE PRIEUX 44380 PORNICHET DOJO SALLE AUBRY 3	
11H -12H							
17H – 18H							
18H – 19H	ADOS ADULTES KATA	ENFANTS TOUS NIVEAUX 8 -14 ANS	ENFANTS DEBUTANTS KATA/KUMITE 6 - 12 ANS	ENFANTS 8-14 ANS	ENFANTS TOUS NIVEAUX 8-14 ANS	BABY KARATE 4 – 5 ANS ENFANTS DEBUTANTS KATA/KUMITE 6 -12 ANS	STAGES TOUTES ACTIVITES OU COURS SUPPLEMENTAIRES
19H – 20H30	18H-19H30	ADOS ADULTE KUMITE	ADOS ADULTES KATA		ADOS ADULTES KUMITE		
20H30 – 22H		ACTIVITE PHYSIQUE SALLE AUBRY 2	SELF DEFENSE MIXTE	RENFO MUSCULAIRE 20H45-22H			