



## SAISON 2018/2019

### ENTRAINEMENTS DOJO MONTMELIAN

<b>MICROBES - POUSSINETS - POUSSINS</b>	<b>MERCREDI : 14h00 - 15h15</b> <b>SAMEDI : 14h00 - 15h15</b>
<b>BENJAMINS</b>	<b>MERCREDI : 15h15 - 16h45</b> <b>SAMEDI : 15h15 - 16h45</b>
<b>MINIMES - CADETS</b>	<b>MERCREDI : 16h45 - 18h15</b> <b>SAMEDI : 16h45 - 18h15</b>
<b>CADETS - JUNIORS - SENIORS</b>	<b>LUNDI : 20h00 - 21h30</b> <b>MARDI : 20h00 - 21h30</b> <b>VENDREDI : 19h30 - 21h00</b>
<b>CADETS - JUNIORS - SENIORS</b> <b>(KATA + Self Défense à partir de Janvier)</b>	<b>JEUDI : 19h00 - 20h30</b>

### ENTRAINEMENTS DOJO CHAPAREILLAN

<b>DEBUTANTS (mini poussins et poussins)</b>	<b>MARDI : 17h15 - 18h30</b> <b>JEUDI : 17h15 - 18h30</b>
<b>CONFIRMES (benjamins)</b>	<b>MARDI : 18h30 - 20h00</b> <b>JEUDI : 18h30 - 20h00</b>

DOJO DE MONTMELIAN  
1Place du Marché – BP41  
73800 MONTMELIAN

DOJO DE CHAPAREILLAN  
Le Pitel – Chemin des écoliers  
38530 CHAPAREILLAN

Tel : 04 79 84 00 12  
[www.judoclubmontmelian.clubeo.com](http://www.judoclubmontmelian.clubeo.com)