



SAISON 2018-2019

HORAIRES DES COURS

DE KARATE ET PILATES

| | confirmé | débutant | les deux | débutant | confirmé | babys | |
|--|------------------|------------------|------------------------|------------------|------------------|-------------|----------------|
| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | |
| enfants-débutant a partir du 1er Janvier 2013/2014 (5ans et demi et 6 ans groupe 1 de 10h00 a 11h00 | | | | | | 10H00/11H00 | 10H00 |
| enfants-débutant a partir du 1er janvier 2011/2012 (7 et 8ans groupe 2 de 11h00 a 12h00 | | | | | | 11H00/12H00 | 11H00 12H00 |
| enfants-débutants-niveau D-banche a jaune enfants -confirmé-niveau C-jaune /orange a marron | C 18H30/19H30 | 18H00/19H00 D | C ET D 17H00/18H45 | 18H00/19H00 D | C 18H30/19H30 | | 17H00 18H00 |
| Ados et adultes tout grade cours commun | 19H30/20H30 | | PILATES | | 19H30/20H30 | | 19H00 |
| | | | 19H A 20H 20H A 21H | | | | 20H00 21H00 |

Budo club 95, C.S.L.bd Rhin et Danube 95130 Franconville-tél: 06 25 36 72 78
 site internet:<http://www.budo.club.95@free.fr>