



# SAISON 2025-2026 HORAIRES



LUNDI	12h30-13h30	Taïso: (Renforcement musculaire)
MARDI	18h00-19h00	Katas-technique
	19h00-21h00	Cours Ado adultes Minimes, Cadets, Juniors, Séniors
MERCREDI	15h30-16h30	Baby/Mini-Poussins1/2débutants
	16h30-18h00	Mini-Poussins2/Poussins1/2 Débutants
	18h00-19h30	Poussins2/Benjamins1/2
	19h30-21h00	Judo Débutants Adultes
JEUDI	17h30-18h30	Baby/Mini-Poussins1/2débutants
	18h30-20h00	Préparation Physique Minimes et+`
	20h00-21h30	Taïso: (Renforcement musculaire)
VENDREDI	18h00-19h30	Poussins 2 Benjamins 1 et 2
	19h30-21h30	Cours Ado adultes Minimes, Cadets, Juniors, Séniors
SAMEDI	10h00-11h00	Taïso-réveil corporel
	11h00-12h00	Mini-Poussins2/Poussins1/2 Débutant

## CATEGORIES:

Baby	2020: 5 ans
Mini-Poussin 1	2019: 6 ans
Mini-Poussin 2	2018: 7 ans
Poussin 1	2017: 8 ans
Poussin 2	2016: 9 ans
Benjamin 1	2015: 10 ans
Benjamin 2	2014: 11 ans

Minime 1	2013: 12ans
Minime 2	2012: 13ans
Cadet 1 Cadet 2	2011-2010
Cadet 3	2009
Junior 1 Junior 2	2008-2007
Junior 3	2006
Senior	2005 et +

## TARIFS

L'augmentation de 5€ par personne correspond à celle que nous impose la FFJDA  
A régler en 1 ou 3 fois

1 personne	161 €	(85 – 38 – 38)
2 personnes	302 €	(140 – 81 – 81)
3 personnes	431 €	(185 – 123 – 123)

Pour la 4ème personne de la même famille (et la 5ème etc...), le tarif est majoré de 46 € par personne. Cette somme correspond à l'affiliation à la FFJDA, obligatoire dans tous les cas.

Règlement par chèque ou espèces. Pour le règlement par carte, se rapprocher du Bureau à la rentrée