



Horaires des cours

Saison 2025-2026

Dojo de l'Antonnière – 41 rue de la Gare – 72650 La Milesse
02.43.80.91.56 - judo.ajc72@orange.fr – ajc72.ffjudo.com

Cours	Jours	Horaires	Activité	Catégorie âge	Année Naissance	Durée
1	Mardi	17h30-18h15	Eveil-Judo	4-5 ans	2020-2021	45 min
2	Mardi	18h15-19h15	Judo	Mini-Poussins	2018-2019	1h00
3	Mardi	19h15-20h15	Taïso/Training	Minimes à Séniors	2013 et avant	1h00
4	Mardi	20h15-21h15	Technique / Jujitsu	Minimes à Séniors	2013 et avant	1h00

5	Mercredi	14h00-15h30	Judo	Poussins	2016-2017	1h30
6	Mercredi	15h30-16h30	Judo	Mini-Poussins	2018-2019	1h00
7	Mercredi	16h30-18h00	Judo	Benjamins-Minimes	2012-2015	1h30
8	Mercredi	18h00-18h45	Eveil-Judo	4-5 ans	2020-2021	45 min
9	Mercredi	19h15-20h15	Taïso/Training	Minimes à Séniors	2013 et avant	1h00
10	Mercredi	20h15-21h45	Judo	Cadets à Séniors	2011 et avant	1h30

11	Vendredi	17h15-18h45	Judo	Poussins	2016-2017	1h30
12	Vendredi	18h45-20h15	Judo	Benjamins-Minimes	2012-2015	1h30
13	Vendredi	20h15-21h45	Judo	Cadets à Séniors	2011 et avant	1h30

Reprise des cours le Mardi 2 Septembre 2025