

FLANDRES JUDO HAZEBROUCK			
SAISON 2023-2024			
Horaires et lieux d'entraînements			
SALLES	DOJO P.Dehondt Stade Damette	DOJO P.Dehondt Stade Damette	Complexe Pierre de Coubertin
SECTION JUDO-JU JITSU			
JOURS	MERCREDI	VENDREDI	SAMEDI
TAÏSO BABY judo Né(e)s en 2020 Né(e)s en 2019 Débutants			9h45-10h40
Eveil judo Né(e)s en 2019 (confirmés) Né(e)s en 2018	15h15-16h15		
6 - 7 ans Super-poussins: né(e)s en 2017 - 2016	14h00-15h00	Cours commun 17h45-19h	
8- 9 - 10 - 11 - 12 ans Super-poussins (confirmés) blanche-jaune 2016 Poussins: né(e)s en 2015 - 2014 Benjamins: né(e)s en 2013 - 2012	16h30-17h45		
Benjamins (nés en 2012) confirmés ceinture orange			Cours commun *10h45-12h15
+ 12 ans et adultes Minimes: né(e)s en 2011-2010 Cadets: nés en 2009-2008-2007 Juniors - Séniors né(e)s en 2006 et avant	19h45-21h15		
SECTION DETENTE-LOISIR	TAÏSO SPORT SANTE		
JOURS + 12 ans et adultes né(e)s en 2010 et avant		DIMANCHE 9h25 -10h25	
<i>Cours spécifique Préparation aux grades</i>			
Dimanche 2 fois par mois	Cours spécifique	DOJO P.DEHONDT 10h30-11h30	
Les judokas arrivent 15 mn max avant le cours pour le passage aux vestiaires.			
<i>En raison de l'activité sportive durant la saison et en période 5, les cours Baby du samedi pourront être regroupés le mercredi .</i>			
Samedi montage des tapis à 9h.	démontage des tapis à 12h15.		Complexe Coubertin