



PLANNING SPORTIF ASCH 2018 / 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
09H00		Eveil Corporel Creche (9h00 - 11h00)		Eveil Corporel Creche (9h00 - 11h00)		
09H30						
10H00						
10H30						
11H00		Pilates -Stretching (11h15- 12h15)				
11H30						
12H00						
12H30						
13H00						
14H00			Judo Enfants (4ans à 5 ans) (14h - 15h)			
14H30						
15H00			Judo Enfants (4ans à 5 ans) (15 - 16h)			Aikido (14h30- 16h00)
15H30						
16H00						
16H30						
17H00	Pilates -Stretching (17h15- 18h15)	Judo Enfants (6 ans à 7 ans) (17h - 18h)		Pilates -Stretching (17h15- 19h00)	Judo Enfants (6 ans à 7 ans) (17h - 18h)	
17H30						
18H00		Judo Section Moyens (18h - 19h30)	Hatha Yoga (17h30 - 19h40)		Judo Section Moyens (18h - 19h30)	
18H30						
19H00	Aikido (19h00 - 20h30)			Aikido (19h00 - 20h30)	Judo Section Adultes (19h30 - 21h)	
19H30						
20H00		Judo Section Adultes (19h30 - 21h)				
20H30						
21H00						
21H30						
22H00						

N° de contact

JUDO	Pilates	Yoga	Aikido
06.81.68.12.70	06.84.89.25.27	09.88.99.01.09	06.79.24.07.78