

**SECTION: JUDO / JUJITSU / SO-FIT**  
**SAISON 2018-2019**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI			VENDREDI		SAMEDI				
	STE MARGUERITE	STE MARGUERITE	LE ROUCAS BLANC	LES CATALANS	ST JULIEN	BOUGAINVILLE	LE ROUCAS BLANC	LE ROUET-PERIER	STE MARGUERITE	CASTELLANE	STE MARGUERITE	NOTRE DAME	LES CATALANS
9h00		So-Fit 9h15 à 10h15											
10h00		Jujitsu Self Defense 10h15 à 11h00											
11h00													
12h00													
13h00													
14h00				Judo 3/4 ans 13h30 à 14h15									
15h00				Judo 5/6 ans 14h15 à 15h00									
16h00				Judo 6/8 ans 15h00 à 16h00									
17h00				Judo 9/12 ans 16h00 à 17h00									
18h00	Judo 3/4 ans 17h30 à 18h15		Judo 4/6 ans 17h15 à 18h00	Jujitsu 17h00 à 18h00	Judo 4/6 ans 17h45 à 18h30	Judo 7/12 ans 17h00 à 18h00	Judo 4 ans et + 17h30 à 18h30			Judo 4/6 ans 17h30 à 18h15	Judo 5/6 ans 17h15 à 18h15		Judo 4 ans et + 15h00 à 16h00
19h00	Judo 6/8 ans 18h15 à 19h15	Judo 9/12 ans 18h45 à 19h45			Judo 7/12 ans 18h15 à 19h15	Judo 17h00 à 19h00 Entrainement Ligue Dojo Régional				Judo 7/12 ans 18h15 à 19h15	Jujitsu Fighting 18h15 à 19h30		So-Fit 16h00 à 17h00
20h00	Judo 19h15 à 20h45	Kata Jujitsu 19h45 à 21h00							Judo 9/12 ans 18h45 à 19h45	Jujitsu Self Defense 19h30 à 20h45			Judo 17h00 à 18h30
21h00									Judo 19h45 à 21h00				
22h00													

Légende	Judo Enfant A partir de 4 ans	Judo Baby 3 ans à 4 ans	Judo Enfant 5 ans à 6 ans	Judo Enfant 6 ans à 8 ans	Judo Enfant 9 ans à 12 ans	Judo Enfant 4 ans à 6 ans	Judo Enfant 7 ans à 12 ans
---------	----------------------------------	----------------------------	------------------------------	------------------------------	-------------------------------	------------------------------	-------------------------------

Légende	Jujitsu Adolescent/Adulte A partir de 12 ans	Judo Adolescent/Adulte A partir de 13 ans	Judo Compétition Enfant	Baby So-Fit A partir de 3 ans	So-Fit Adolescent/Adulte A partir de 12 ans
---------	---	--	----------------------------	----------------------------------	--

Dojo	Dojo 1: LES CATALANS	Dojo 2: LE ROUCAS BLANC	Dojo 3: NOTRE DAME	Dojo 4: LE ROUET-PERIER	Dojo 5: CASTELLANE	Dojo 6: "COIN JOLI" STE MARGUERITE	Dojo 7: ST JULIEN	Dojo de Ligue PACA: BOUGAINVILLE
Adresse	CMA St Georges 49 Rue Charras 13007 MARSEILLE	CMA Le Roucas Blanc 232 Chemin du Roucas Blanc 13007 MARSEILLE	CMA Les Lices 12 Rue des Lices 13007 MARSEILLE	Salle Anraku 16 Rue Vandiel 13008 MARSEILLE	CMA Sylvabelle 69-71 Rue Sylvabelle 13006 MARSEILLE	Maternelle Coin Joli - APIS 98 Rue Augustin Aubert 13009 MARSEILLE	CMA La Rosière 40 Avenue de La Rosière 13012 MARSEILLE	Station de Métro Bougainville 6 Boulevard de Sévigné 13015 MARSEILLE

Contact	Stéphane GRASSI	Sophie MELIS
Téléphone	07 813 089 13	06 807 152 44
Courriel	<a href="mailto:s.grassi@handi-valide.org">s.grassi@handi-valide.org</a>	<a href="mailto:s.melis@handi-valide.org">s.melis@handi-valide.org</a>

[www.ajcm-judo.fr](http://www.ajcm-judo.fr)

