

PLANNING D'UTILISATION DU DOJO MUNICIPAL SAISON 2018 / 2019

N° de tél. Dojo : 05 65 32 50 29

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
De 6 à 8h	NETTOYAGE	NETTOYAGE		NETTOYAGE	NETTOYAGE	6 à 7h NETTOYAGE	
De 8h à 12h	CITE SCOLAIRE	8h-10h CITE SCOLAIRE 10h-12h Perce-Neige	CITE SCOLAIRE	8h-10h CITE SCOLAIRE 10h-12h RAM 1 ^{er} jeudi du mois	CITE SCOLAIRE	9h30 - 13h SHIZENDO KARATE DO (karaté contact) (enfants, ados, adultes)	10h - 12h KARATE-DO SHOTOKAI (adultes)
De 12h à 13h							GENDARMERIE 14h – 18h (ponctuellement)
De 13 h à 16h50	CITE SCOLAIRE	CITE SCOLAIRE	14h - 16h SHIZENDO KARATE DO (enfants)	CITE SCOLAIRE	CITE SCOLAIRE	15h-16h30 L.A.D.S.L.	OFFICE MUNICIPAL DU SPORT 05.65.27.01.17.
De 17h A 22h30	17h30 - 20h SHIZENDO KARATE DO (enfants, ados, adultes) Krav Maga	16h30-17h30 MJC (baby gym) 17h45-19h JUDO (Préparation technique) 19h-20h TAÏSO	16h - 17h30 GOURDON IMPACT (enfants, ados, adultes)	17h – 20h30 GOURDON IMPACT	17h30 - 18h15 JUDO Baby Mini-poussins 18h15 - 19h15 JUDO Mini – Poussins 19h15 - 20h15 JUDO Poussins Benjamins 20h15-21h30 JUDO Minimes Cadets Juniors Séniors	<p style="color: red; text-align: center;">Pour stages ou compétitions, ou pendant les vacances scolaires, merci de faire vos demandes 2 mois avant (salles – matériel...)</p> <p>Planning vacances et week-ends à jour, consultable sur le site de l'OMS.</p>	Email : oms@gourdon.fr Site Internet : www.omsgourdon.com
	20h - 22h GOURDON IMPACT (enfants, ados, adultes)	20h - 22h KARATE-DO SHOTOKAI (adultes)	17h30 - 18h15 JUDO Mini-poussins 18h15 - 19h15 JUDO Poussins Benjamins 19h15 - 20h15 JUDO Minimes Cadets Juniors Séniors 20h15 – 21h45 JUJITSU	Enfants 6-9 ans 9-13 ans Ados/Adultes			

