

SAISON 2026/2027 TALENCE

REPRISE DES COURS LE LUNDI 31 AOÛT 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
JUDO 4 - 5 ANS 2022/2021 LES SAMOURAÏS	17h00-18h00		10h30-11h30	17h00-18h00		11h00-12h00	
JUDO 6 - 7 ANS 2020/2019 LES MINI-POUSSIN(E)S		17h00-18h00	9h30-10h30	17h00-18h00		10h00-11h00	
JUDO 8 - 9 ANS 2018/2017 LES POUSSIN(E)S	17h00-18h00		18h00-19h00		17h00-18h00		
JUDO 10 - 11 ANS 2016/2015 LES BENJAMIN(E)S		18h00-19h00	18h00-19h00	18h00-19h00			
JUDO 12 - 13 ANS 2014/2013 LES MINIMES	18h00-19h00			18h00-19h00			
JUDO 14 ANS 2012 LES CADET(TE)S 1	18h00-19h00	18h00-19h00 DOJO ALIÉNOR	19h00-20h00		18h30-19h30 DOJO ALIÉNOR	Katas sur demande et/ou sous forme de stage durant la saison sportive	
JUDO 15 ANS 2011 LES CADET(TE)S 2	19h00-20h00			Pôle France Suivi des compétiteurs			
JUDO 16 - 19 ANS 2010/2007 LES CADET(TE)S 3 & JUNIORS			19h00-20h00 DOJO ALIÉNOR	20h00-21h30	Pôle France Suivi des compétiteurs		19h45-20h45 DOJO ALIÉNOR
JUDO ADULTES 15 ANS & + DÉBUTANTS & TECHNIQUES	19h00-20h00		20h00-21h30 DOJO ALIÉNOR	19h00-20h00			
JUDO ADULTES 20 ANS & + CONFIRMÉS & COMBATS	20h00-21h00			20h00-21h30	Pôle France Suivi des compétiteurs		
JUJITSU 6 - 10 ANS 2020/2016 LES PRIMAIRES			17h00-18h00				
JUJITSU 11 - 14 ANS 2015/2012 LES COLLÉGIEN(NE)S			18h00-19h00				
JUJITSU BRÉSILIEN ADULTES 15 ANS & +		20h00-21h00			20h00-21h30		
MMA - NOGI 2015/2012 LES COLLÉGIEN(NE)S			16h00-17h00				
MMA - NOGI ADULTES 15 ANS & +		21h00-22h00			19h00-20h00		
TAEKWONDO 5 - 9 ANS 2021/2016			16h00-17h00			14h00-15h00	
TAEKWONDO 10 - 14 ANS 2015/2012			17h00-18h00			15h00-16h00	
TAEKWONDO 15 ANS & + TRADITIONNEL & HAPKIDO				19h00-20h00		12h00-13h30	
KARATÉ 5 - 9 ANS 2021/2016		17h00-18h00			17h00-18h00		
KARATÉ 10 - 14 ANS 2015/2012		18h00-19h00			18h00-19h00		
BOXE 10 - 14 ANS 2016/2012 LES COLLÉGIEN(NE)S	18h00-19h00				18h00-19h00		
FULL CONTACT ADULTES 15 ANS & +	20h00-21h30				20h00-21h30		
BOXE ANGLAISE ADULTES 15 ANS & +		20h00-21h00		20h00-21h30			
BOXE THAÏLANDAISE ADULTES 15 ANS & +		21h00-22h30		20h00-21h30			
CARDIO BOXE ADULTES 15 ANS & +	12h30-13h30 19h00-20h00				12h30-13h30 19h00-20h00		
CROSS TRAINING ADULTES 15 ANS & +		19h00-20h00	10h30-11h30	19h00-20h00		9h00-10h00 10h00-11h00	
PILATES ADULTES 15 ANS & +	12h30-13h30	19h00-20h00	9h30-10h30		10h30-11h30	11h00-12h00	