

# PLANNING DES SEANCES USV 2019 - 2020

	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Lundi									Minimes 17h30 - 19h00	Cadets 19h00 - 20h15	JUDO JU-JITSU Section Adultes Mixte Katas 20h15 - 22h00		
Mardi									Tigres 1 17h30 - 18h30	Judo 2 19h - 20h30			
Mercredi	Dragons 2 10h - 11h	Eveil 11h - 12h				Tigres 2 14h - 15h	Samourais 2 15h - 16h30	Minimes 16h30 - 18h		Samourais 1 18h00 - 19h30	JUDO JU-JITSU Section Adultes Mixte Katas 19h30 - 21h30		
	Dinos 1 10h - 11h	Babys 1 11h - 12h				Dragons 3 14h - 15h	Samourais 4 15h - 16h30			Samourais 3 18h00 - 19h30			
Jeudi	—								Dino 2 17h30 - 18h30	Cadets 19h - 20h30			
									Samourais 5 17h30 - 19h				
Vendredi									Tigres 1 17h30 - 18h30	Samourais 1 18h30 - 20h	Judo competeurs 20h - 21h30		
									Dragons 1 17h30 - 18h30	Samourais 3 18h30 - 20h			
Samedi	Dragons 2 10h - 11h	Eveil 2 11h - 12h				Tigres 2 13h - 14h	Samourais 2 14h - 15h30						
	Dinos 3 10h - 11h	Babys 2 11h - 12h				Dragons 3 13h - 14h	Samourais 4 14h - 15h30						

Groupes **Eveil** : Enfants nés en 2016  
1 séance par semaine

Groupes **Baby Judo** :  
Enfants nés en 2015  
2 groupes : Baby 1 / Baby 2  
1 séance par semaine

Groupes **Dinosaures** :  
Enfants nés en 2014  
3 groupes : Dinos 1 / Dinos 2 / Dino 3  
1 séance par semaine

Groupes **Dragons** :  
Enfants nés en 2012 ou 2013  
3 groupes : Dragons 1 / Dragons 2 /  
Dragons 3  
2 séances par semaine

Groupes **Tigres** : Enfants nés en 2011  
2 groupes : Tigres 1 / Tigres 2  
2 séances par semaine

Groupes **Samourais** : 5 groupes  
**Samourais 1 / Samourais 2**: Enfants nés  
en 2010 / **Samourais 3 / Samourais 4**:  
Enfants nés en 2009  
**Samourais 5** : Enfants nés en 2008 (ou  
en 2007 selon morphologie) sur avis  
commission sportive  
2 séances par semaine

Groupes **Minimes** :  
2 cours par semaine pour les jeunes nés  
en 2006 (ou 2007 selon morphologie )  
sur avis commission sportive

Groupe **Cadets** : 2 cours par semaine  
Judokas nés 2003 - 2004 - 2005

Groupes **Judo 2** : 2 cours par semaine  
pour les jeunes nés à partir de 2002  
(ceintures marrons et noires)

Groupes **Adultes** :  
2 cours par semaine pour les personnes  
nées en 1989 et avant