

# PLANNING DES SEANCES USV JUDO 2022- 2023

	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Lundi									Minimes 17h30 - 19H00	EPGV 19H00 - 20h00	JUDO JU-JITSU Section Adultes Mixte Katas 20h00 - 22h00		
Mardi				EPGV 12h30 – 13h30					Tigres 1 17h30 - 18h30	Cadets / Judo 2 18h45–20h45			
Mercredi		Baby 1 10h30 - 11h30	Dragons 2 11h30 - 12h30			Tigres 2 14h00 - 15h00	Samourais 2 15h00 - 16h30	Minimes 16h30 - 18H00	Samourais 1 18h00 - 19h30	JUDO JU-JITSU Section Adultes Mixte Katas 19h30 - 21h30			
Jeudi									Tigres 1 17h30 - 18h30	PGV 19H00 - 20h00			
Vendredi				EPGV 12h30 – 13h30					Tigres 2 17h30 - 18h30	Cadets / Judo 2 19h00 – 21h00			
Samedi		Dragons 2 et 3 10h00- 11h00	Baby 2 11h00 - 12h00										Eveil 1 11h00 - 12h00
		Dinos 2 10h00 - 11h00											

- Groupe Eveil :**  
Enfants nés en 2019  
1 séance par semaine
- Groupes Baby Judo :**  
Enfants nés en 2018  
2 groupes : Baby 1 / Baby 2  
1 séance par semaine
- Groupes Dinosaures :**  
Enfants nés en 2017  
2 groupes : Dinos 1 / Dinos 2  
1 séance par semaine
- Groupes Dragons :**  
Enfants nés en 2016  
3 groupes : Dragons 1 / Dragons 2 / Dragons 3  
2 séances par semaine
- Groupes Tigres :**  
Enfants nés en 2015  
2 groupes : Tigres 1 / Tigres 2  
2 séances par semaine
- Groupes Samourais :**  
Samourais 1 / Samourais 2: Enfants nés en 2014  
Samourais 3 / Samourais 4: Enfants nés en 2013  
Samourais 5 : Enfants nés en 2012 (ou en 2011 selon morphologie) sur avis commission sportive  
2 séances par semaine
- Groupes Minimes :**  
2 cours par semaine pour les jeunes nés en 2009-2010 et 2011
- Groupe Cadets et Judo 2 :**  
2 cours par semaine  
Judokas nés 2008 et avant.
- Groupes Adultes :**  
2 cours par semaine pour les personnes nées en 1990 et avant