

**Saison 2022-2023 horaires et disciplines proposés par l'USSP Arts Martiaux****KARATE KYOKUSHINKAI et disciplines associées**

ADULTES (+ de 15 ans) **lundi 19h00 - 20h15**
(2007) **mercredi 19h00 - 20h30**

ENFANTS (7 à 14 ans)

groupe 1 **mardi 17h45 - 18h45**
2013-2014-2015 **jeudi 17h30 - 18h30**

groupe 2 **lundi 17h45 - 18h45**
2008-2009-2010-2011-2012 **mercredi 17h00 - 18h00**

ENFANTS (4 à 6 ans)

mini-poussins **mercredi 15h00 - 16h00**
poussins **mercredi 16h00 - 17h00**
2016-2017-2018

Aïkido

>13 ans **mardi 19h00 - 21h00**
>13 ans **jeudi 19h00 - 21h00**
>13 ans **samedi 10h00 - 12h00**

KAÏSO

>12 ans **vendredi 19h00 - 20h30**

JUDO et disciplines associées

CADET JUNIOR SENIOR (+14 ans) **mardi 19h30 - 21h00**
(2008) **vendredi 19h30 - 21h00**

RENFO (+16 ans) **mardi 19h30 - 20h30**

ENFANTS (4 à 13 ans)

Benjamin/minimes 2009 à 2012 **mardi 18h30 - 19h30**
vendredi 18h30 - 19h30

Poussin 2013-2014 **lundi 19h30 - 20h30**
mercredi 17h45 - 18h45

Mini- poussin 2015-2016 **mardi 17h30 - 18h30**
vendredi 17h30 - 18h30

Baby 2017 -2018 **mercredi 16H45 - 17H45**

JU-JITSU

>15 ans **lundi 20h30 - 22h00**
>15 ans **mercredi 19h45 - 21h15**
<15 ans **mercredi 18h45 - 19h45**

Self-défense

>15ans **jeudi 19h00 - 20h30**