USSP arts martiaux
www.artsmartiaux-saintpierre.fr - contact@artsmartiaux-saintpierre.fr
159, rue Marcel Cachin 37700 Saint-Pierre des Corps

SAISON 2018-2019 : horaires et disciplines proposés par l'USSP Arts Martiaux

KARATE KYOKUSHINKAI et disciplines associées

ADULTES	*(+ de 15 ans)*	lundi mercredi	19h00 - 20h15 19h00 - 20h30
ENFANTS	*(6 à 14 ans)*		
groupe 1 2009-2010-2011		mardi jeudi	17h45 - 18h45 17h30 - 18h30
groupe 2 2004-2005-2006-2007-2008		lundi mercredi	17h45 - 18h45 18h00 - 19h00
ENFANTS	*(4 à 6 ans)*		
mini-pousins poussins 2012-2013-2014		mercredi	16h00 - 17h00

Aïkido (>13 ans)

mardi	19h00 - 20h30
jeudi	19h00 - 20h30
samedi	10h00 - 12h00

JUDO et disciplines associées

CADET JUNIOR SENIOR	*(+ de 14 ans)*	lundi vendredi	19h15 - 20h45 19h15 - 20h45
ENFANTS			
Benjamins & Minimes	*2005 à 2008*	lundi vendredi	18h15 - 19h15 18h15 - 19h15
Poussin	*2010*	mardi jeudi	17h15 - 18h15 17h15 - 18h15
Poussin	2009	mardi jeudi	18h15 - 19h15 18h15 - 19h15
Mini-Poussin	*(2011 à 2012)*	lundi vendredi	17h15 - 18h15 17h15 - 18h15
Baby-judo	*2013*	mercredi	16h15 - 17h15
Baby-judo	*2014*	mercredi	17h15 - 18h15

JU-JITSU

(>15ans)	mardi jeudi	19h15 - 20h45 19h15 - 20h45
(<15 ans)	mercredi	18h15 - 19h15

Self Défense

(>15 ans)	mercredi	19h15 - 20h45

Taïso

(>12 ans)	vendredi	19h00 - 20h30