



DOJO DES ABERS

Bourg-Blanc - Lannilis - Plabennec - Ploudalmézeau - Plouguerneau

Siège social : Salle Maurice Kervéan - Mézéozen - 29870 Lannilis

Tél : 02 98 04 14 97 / 06 68 25 86 35

www.dojodesabers.fr

HORAIRES DES COURS DU DOJO DES ABERS SAISON 2019-2020

LANNILIS	PLABENNEC
JUDO Lundi : 19 h 45 - 20 h 45 Adultes/Min/Cad/Jun Mercredi : 14 h 15 - 15 h 00 Baby judo 15 h 15 - 16 h 15 Préjudo 16 h 30 - 17 h 30 Moyens 17 h 45 - 18 h 45 Benj/Min 19 h 00 - 20 h 45 Confirmés et Adultes Samedi : 14 h 45 - 15 h 45 Préjudo 16 h 00 - 17 h 00 Moyens/Benjamins 17 h 15 - 18 h 45 Adultes/Min/Cad/Jun	JUDO Mardi : 17 h 15 - 18 h 15 Préjudo – Baby-Judo 18 h 30 - 19 h 30 Moyens/Benjamins 19 h 45 - 21 h 00 Ados/Adultes Vendredi : 17 h 15 - 18 h 15 Préjudo – Baby-Judo 18 h 15 - 19 h 15 Moyens/Benjamins 19 h 15 - 20 h 30 Ados/Adultes
CHANBARA Vendredi : 17 h 45 - 18 h 45 : enfants (7-12 ans) 19 h 00 - 20 h 30 : ados-adultes	CHANBARA Mercredi : 16 h 00 - 17 h 00 : enfants (7-12 ans)

PLOUDALMÉZEAU	
JUDO Lundi : 17 h 15 - 18 h 15 Préjudo et Moyens(Groupe1) 18 h 30 - 19 h 30 Benjamins Mardi : 17 h 15 - 18 h 15 Préjudo (Groupe2) 18 h 30 - 19 h 30 Moyens (Groupe2) 19 h 45 - 21 h 00 Ados/Adultes	Mercredi : 13 h 30 - 14 h 30 Préjudo (Groupe1) 14 h 30 - 15 h 30 Moyens (Groupe1) Vendredi : 17 h 15 - 18 h 15 Préjudo (Groupe2) 18 h 30 - 19 h 30 Moyens (Groupe2) 19 h 45 - 21 h 00 Ados/Adultes Samedi : 10 h 00 - 11 h 00 Benjamins 11 h 15 - 12 h 00 Baby judo
CHANBARA Mercredi : 17 h 45 – 18 h 45 : enfants (7-12 ans) 19 h 00 – 20 h 30 : ados-adultes	

PLOUGUERNEAU	BOURG-BLANC
JUDO Mardi : 17 h 15 - 18 h 15 Préjudo 18 h 30 - 19 h 30 Moyens/Benj/Min Jeudi : 17 h 00 – 17 h 45 Baby judo 17 h 45 - 18 h 45 Préjudo 18 h 45 - 19 h 45 Moyens/Benj/Min	JUDO Lundi : 17 h 00 - 18 h 00 Préjudo 18 h 15 - 19 h 15 Moyens/Benj/Min Mercredi : 16 h 15 - 17 h 15 Baby judo / Préjudo 17 h 30 - 18 h 30 Moyens/Benj/Min
CHANBARA Mercredi : 14 h 00 - 15 h 00 : enfants (7-12 ans) Samedi : 10 h 45 - 12 h 15 : ados-adultes	
KENDO Mardi : 19 h 00 - 21 h 00 : ados-adultes Samedi : 09 h 00 - 10 h 30 : ados-adultes	