Horaires des cours 2014 2015

TOURS

Dojo Alphonse DAUDET 5, allée de la Rochefoucauld 37200 TOURS (Quartier de la Bergeonnerie)

JOUR	HORAIRE	PUBLIC	THEME	INTERVENANT
Mardi	20h00 – 22h00	Adultes	Taï Chi Chuan	Cyrille BOYER
Mercredi	14h00 – 15h00	Baby karaté (de 6 à 8 ans)	Karaté Découverte et initiation	Pascal REIX
	15h00 – 16h00	Enfants (jaune)	Karaté Perfectionnement technique	Pascal REIX
	16h00 – 17h00	Enfants (orange et verte)	Karaté Perfectionnement technique	Pascal REIX
	17h00 – 18h30	Enfants (bleue et marron)	Karaté Perfectionnement technique	Pascal REIX

JOUE LES TOURS

Dojo Léo LAGRANGE rue d'Amboise 37300 JOUE LES TOURS (Quartier de la Vallée Violette)

Lundi	18h00 – 19h30	Adultes	Combat libre Perfectionnement technique	Eric POPINET
	19h15 – 20h15	Adultes/Ados	Karaté Perfectionnement technique	Thierry MONTBRUN
	20h15 – 21h30	Adultes/Ados (gradés)	Karaté Perfectionnement technique	Thierry MONTBRUN
Mercredi	18h15 – 19h15	Enfants débutants	Karaté Initiation au combat	Thierry MONTBRUN
	19h00 – 20h15	Adultes/Ados (Avancés et gradés)	Karaté Combat conventionnel	Thierry MONTBRUN
	20h15 – 21h30	Adultes	Combat libre Sparring	Eric POPINET
Vendredi	18h15 – 19h15	Enfants débutants	Karaté Perfectionnement technique et préparation aux passages de grades	Pascal REIX
	18h15 – 19h30	Enfants avancés et gradés	Karaté Perfectionnement technique et préparation aux passages de grades	Thierry MONTBRUN
	19h30 – 21h30	Adultes/Ado débutants et avancés	Karaté Perfectionnement technique et préparation aux passages de grades	Thierry MONTBRUN
	19h30 – 21h30	Adultes gradés	Karaté Perfectionnement technique et préparation aux passages de grades	Pascal REIX
Samedi	14h00 – 15h00	Enfants à partir de 8 ans	Karaté Initiation au combat conventionnel	Pascal REIX Thierry MONTBRUN
	14h00 – 15h00	Compétiteurs kata (Cours accessible sur sélection)	Karaté Perfectionnement au kata de compétition	Pascal REIX Thierry MONTBRUN
	15h00 – 17h00	Adultes et ado gradés (Cours accessible sur sélection)	Karaté Perfectionnement au Combat conventionnel	Pascal REIX Thierry MONTBRUN

Afin de ne pas interrompre votre progression des cours sont maintenus pendant les périodes de vacances scolaires