

| | | lundi | mardi | mercredi | jeudi | vendredi | samedi | | | | | |
|-------------------|-------------|-------------------|------------------------|--|-------------------|---------------------|--|--------------------------|---------------------------|---------|---------------------|---------------|
| Matin | 09h00-09h30 | | | | | | Karaté/Judo Katas Examens | | | | | |
| | 09h30-10h00 | | | | | | | | | | | |
| | 10h00-10h30 | | | | | | Eveil Judo / Karaté Enfants 4-5 ans | | | | | |
| | 10h30-11h00 | | | | | | | | | | | |
| | 11h00-11h30 | | | | | | | | | | | |
| | 11h30-12h00 | | | | | | Kick-Boxing Enfants 6-14 ans | | | | | |
| Après-Midi | 15h00-15h30 | | | Eveil Judo / Karaté Enfants 4-5 ans | | | | | | | | |
| | 15h30-16h00 | | | | | | | | | | | |
| | 16h00-16h30 | | | Kobudo Enfants 6-10 ans TOUT AGE | | | | | | | | |
| | 16h30-17h00 | | | | | | | | | | | |
| | 17h00-17h30 | Enfants 6-10 ans | Enfants 6-10 ans | | Enfants 6-10 ans | Enfants 6-10 ans | | Judo Enfants 6-10 ans | | | | |
| 17h30-18h00 | | | | | | | | | | | | |
| Soir | 18h00-18h30 | Enfants 10-14 ans | Enfants 10-14 ans Ados | | Enfants 10-14 ans | Enfants 10-14 ans | | Enfants 10-14 ans ADOS | | | | |
| | 18h30-19h00 | | | | | | | | | | | |
| | 19h00-19h30 | Karaté | Judo | Kick-Boxing Full -Contact | Karaté | Adolescents Adultes | | Adultes | Kick-Boxing Full -Contact | | | |
| | 19h30-20h00 | | | | | | | | | Adultes | Adolescents Adultes | Katas Examens |
| | 20h00-20h30 | | | | | | | | | | | |
| | 20h30-21h00 | | | Aïkido | | | | | | | | |
| | 21h00-21h30 | Compétiteurs | | | Compétiteurs | | | Compétiteurs | | | | |
| | 21h30-22h00 | | | | | | | | | | | |

esc/AppData/Local/Tem