



Saison 2016/2017
Club affilié FFJDA N°24601510
ASJJ, Rue du Palais 60680 Grandfresnoy
près du stade



HORAIRES

Dès le LUNDI 5 SEPTEMBRE 2016

Pour la reprise des cours, répartis suivant les années de naissance :

Lundi

Judo	2008-2010	17h15-18h15
	2007-2003	18h15-19h30
	2002 ou avant	19h30-21h00

Mardi

Body gym <small>(abdos-fessiers-gainages-renforcements musculaires)</small>	2001 ou avant	19h15-20h15
---	---------------	-------------

Mercredi

Eveil-Judo	2011-2012	15h00-15h45
Yoga (reprise le 14/09)	2001 ou avant	19h15-20h15

Jeudi

Judo	2008-2010	17h15-18h15
	2007-2003	18h15-19h30
	2002 ou avant	19h30-21h00

Vendredi

Eveil-Judo	2011-2012	17h00-17h45
Chanbara <small>(escrime japonaise)</small>	2007 ou avant	19h00-21h00

Renseignements au 06.59.74.41.93 ou 06.01.98.64.53

<http://club.quomodo.com//judojujitsugrandfresnoy>

[Email : asjj.grandfresnoy@gmail.com](mailto:asjj.grandfresnoy@gmail.com)