



JUDO CLUB DE CROLLES

HORAIRES 2026/2027

COURS	ANNEE	JOURS	HORAIRES	JOURS	HORAIRES
INITIATION JUDO					
EVEIL JUDO	2022/2021	LUNDI	17H00-18H00	OU VENDREDI	17h00-18h00
JUDO LOISIRS ET COMPETITIONS					
PRE-POUSSINS	2020/2019	MARDI	17h00 -18h15	ET/OU JEUDI	17H00-18H15
POUSSINS	2018/2017	MARDI	18H15-19H30	ET JEUDI	17H00-18H15
BENJAMINS	2016/2015	LUNDI	18H15-19H30	ET VENDREDI	18H15-19H30
MINIMES	2014/2013	LUNDI	18H15-19H30	ET VENDREDI	18H15-19H30
CADETS /JUNIORS / SENIORS	A PARTIR DE 2012	LUNDI	19H30-21H00	ET VENDREDI	19H30-21H30
ADULTES DEBUTANTS		LUNDI	19H30-21H00	ET VENDREDI	19H30-21H30
JUDO COMPETITION, PERFECTIONNEMENT ET PREPARATION AUX GRADES					
DE BENJAMINS A SENIORS		JEUDI	18H15-19H45	Possibilité d'arriver jusqu'à 18H45	
SPORT SANTE / GYM					
TAISO STRETCHING	A PARTIR DE 2011	MERCREDI	19H00-19H45		
TAISO GYMNASTIQUE	A PARTIR DE 2011	MERCREDI	20H00-21H00		
TAISO FIT	A PARTIR DE 2011	JEUDI	20H00-21H00		
JUJITSU BRESILIEN / GRAPPLING					
JUJITSU BRESILIEN / GRAPPLING	A PARTIR DE 2012	SAMEDI	10H00-11H30		
SELF-DEFENSE					
SELF-DEFENSE - JUJITSU	A PARTIR DE 2012	MARDI	19H30-21H15		

Tous les cours sont proposés pour les débutants ou non.

V 06/2026