

<b>LUNDI</b>	<b>19H45-21H15</b>	<b>COURS ADULTES TOUS GRADES</b>	<b>SALLE DE GYM DE LA COUTANCIÈRE</b>
<b>MARDI</b>	<b>19H15-20H45</b>	<b>COURS ADULTES CEINTURES NOIRES</b>	<b>SALLE DE GYM DE LA COUTANCIÈRE</b>
<b>MERCREDI</b>	<b>15H15-16H30</b>	<b>COURS ADOS 11 -16 ANS</b>	<b>DOJO DE LA COUTANCIÈRE</b>
<b>MERCREDI</b>	<b>18H00-19H00</b>	<b>COURS ENFANTS 8-10 ANS</b>	<b>SALLE DE GYM DE LA COUTANCIÈRE</b>
<b>MERCREDI</b>	<b>19H00-21H00</b>	<b>COURS COMPÉTITION</b>	<b>SALLE DE GYM DE LA COUTANCIÈRE</b>
<b>JEUDI</b>	<b>18H30-20H00</b>	<b>COURS ADULTES TOUS GRADES</b>	<b>DOJO DE LA COUTANCIÈRE</b>
<b>SAMEDI</b>	<b>9H00-10H30</b>	<b>COURS ADULTES TOUS GRADES</b>	<b>DOJO DE LA COUTANCIÈRE</b>
<b>SAMEDI</b>	<b>10H30 - 13H00</b>	<b>COURS ADULTES CEINTURES NOIRES</b>	<b>DOJO DE LA COUTANCIÈRE</b>
<b>SAMEDI</b>	<b>10H30 - 12H30</b>	<b>COURS À THÈMES</b>	<b>SALLE DE GYM DE LA COUTANCIÈRE</b>