

LUNDI	19H30 / 21H00	COURS ADULTES TOUS GRADES	SALLE DE GYM DE LA COUTANCIERE
MARDI	19H30 / 21H00	COURS CEINTURES NOIRES	SALLE DE GYM DE LA COUTANCIERE
MERCREDI	17H00 / 18H00	COURS 8-11 ANS / ENFANTS	DOJO DE LA COUTANCIERE
MERCREDI	17H00 / 18H30	COURS 12-15 ANS / ADOS	DOJO DE LA COUTANCIERE
MERCREDI	19H00 / 20H30	COURS KUMITE	DOJO DE LA COUTANCIERE
JEUDI	18H30 / 20H00	COURS ADULTES TOUS GRADES	DOJO DE LA COUTANCIERE
VENDREDI	17H45 / 19H15	COURS KARATE BIEN-ETRE	SALLE DE GYM DE LA COUTANCIERE
SAMEDI	09H00 / 10H45	COURS ADULTES TOUS GRADES	DOJO DE LA COUTANCIERE
SAMEDI	10H45 / 12H30	COURS CEINTURES NOIRES	DOJO DE LA COUTANCIERE

