

BLAGNAC

ARTS MARTIAUX



Blagnac Arts Martiaux

1 CHEMIN DU FERRADOU 31700 BLAGNAC

JUDO		
Lundi	17h30-18h30	7/9 ans
	18h30-19h30	10/13 ans (+30min grands/adultes)
	19h30-21h30	Adultes et + de 13 ans
Mardi	12h30-13h30	Adultes et + de 13 ans
	16h00-17h00	4/6 ans
Mercredi	17h00-18h00	6/7 ans
	18h00-19h00	10/13 ans (+30min grands/adultes)
	18h00-19h30	Kata
	19h30-21h30	Adultes et + de 13 ans
Jeudi	12h30-13h30	Adultes et + de 13 ans
	17h30-18h30	7/9 ans
Vendredi	17h30-18h30	6/7 ans
	18h30-19h30	Préparation physique + de 13 ans
	19h30-20h30	Cours compétition

KARATE		
Lundi	18h30-19h30	9/13 ans
	19h30-21h00	Adultes et + de 13 ans
Mardi	12h30-13h30	Adultes et + de 13 ans
	18h00-19h00	6/8 ans
	19h00-20h00	Adultes
	20h00-21h30	Adultes Gradés
Mercredi	19h00-20h00	Adolescents
Jeudi	12h30-13h30	Adultes et + de 13 ans
	18h30-19h30	9/13 ans
	19h30-21h00	Adultes et + de 13 ans
Vendredi	18h30-19h30	Préparation physique + de 13 ans
Samedi	10h00-11h30	Stage

PREPARATION PHYSIQUE (ouvert à tout licencié du club)		
Vendredi	18h30-19h30	Préparation physique + de 13 ans

JU-JITSU		
Mardi	20h00-21h30	Adultes et + de 12 ans
Vendredi	19h30-21h30	Adultes et + de 13 ans

ARNIS KALI		
Mercredi	20h00-22h00	Adultes et + de 13 ans
Samedi	10H00-11h30	Adultes et + de 13 ans

SELF DEFENSE		
Jeudi	19h30-21h00	Adultes et + de 12 ans

BODY KARATE		
Samedi	11H30-12h30	Adultes et + de 13 ans

TAISO		
Mercredi	16h00-17h00	Adultes et + de 13 ans
	17h00-18h00	Adultes et + de 13 ans
Vendredi	17h30-18h30	Adultes et + de 13 ans

COURS ESSAI GRATUIT

support@blagnacartsmartiaux.fr

WWW.BLAGNACARTSMARTIAUX.FR