judojujitsusarladais.fr

Le **J.J.S**. est affilié à la **F**édération **F**rançaise
Judo-Jujitsu et **D**isciplines **A**ssociées - **F.F.J.D.A**.

2026
2027

PLANNING ET HORAIRES DE COURS pour la SEMAINE

vs 07/08/2026

JOUR	HORAIRES	AGE	COURS	Intervenants
SARLAT - DOJO Plaine des Sports LA CANEDA				
LUNDI	**18h30 / 22h00**	**Minimes (2014-2013)-ADULTES** 18h30 / 19h00 - Mobilité Articulaires 19h00 / 20h30 - Entrainement Ado / Adultes 20h30 / 21h00 - Prépa Physique 21h00 - Approfondisemeent Technique	JUDO	Sébastien MECHENIN Regis AUDIT Hugo AUDIT Elvën HUSTACHE Adija HUSTACHE Franck PEZET
MARDI	**13h30 / 15h30**	**Pers. en situation de Handicap.**	JUDO ADAPTE	Laurence ROCHES
	18h30 / 20h00	**Minimes (2014-2013)-ADULTES**	JUJITSU SELF DEFENSE	Laurent ZARATTIN Michel DELBOS
MERCREDI	**14h00 / 15h00**	**Poussins 2018- 2017**	JUDO	Elvën HUSTACHE Adija HUSTACHE
	15h00 / 16h00	**Mini Poussins 2020 - 2019**		
	16h00 / 17h00	**Benjamins 2016 - 2015**		
	17h00 / 18h00	**EVEIL JUDO - 2022 - 2021**	JUDO EVEIL 1 Cours/Sem Merc	Laurence ROCHES
	18h00 / 19h30	**TAÏSO/1 - Ados / Adultes**	TAÏSO	
	19h30 / 21h00	**TAÏSO/2 - Ados / Adultes**		
JEUDI				
VEN DREDI	**18h30 / 21h30**	**Minimes (2014-2013)-ADULTES** 18h30 / 19h00 - Mobilité Articulaire 19h00/20h30 - Entrainement Ado/Adultes 20h30 / 21h00 - Prépa Physique 21h00 - Approfondissement Technique	JUDO	Régis AUDIT Sébastien MECHENIN Hugo AUDIT Adija HUSTACHE Franck PEZET
SAMEDI	**10h00 /12h00**	**Minimes - Cadets -Juniors - Séniors (sur inscription)**	Préparation au Passage de Grade (C.Noire)	Régis AUDIT
	15h00 / 16h00	**Poussins 2018- 2017**	JUDO	Elvën HUSTACHE Alexian DE BRITO Adija HUSTACHE
	16h00 / 17h00	**Mini Poussins 2020 - 2019**		
	17h00 / 18h00	**Benjamins 2016 - 2015**		