

PLANNING DES COURS DE L'UNION SPORTIVE DES ARTS MARTIAUX D'ARSAC (USAMA) saison 2026/2027

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
<p><u>EVEIL MARTIAL</u> Groupe 1 17H - 18H 4-5 ans (2022 - 2021)</p> <p><u>JUJITSU KIDS</u> 18H - 19H 8-13 ans (2013 à 2018)</p> <p><u>NE WAZA</u> 19H -20H30 + 12 ans (2014 et +)</p>	<p><u>TAISO</u> 19H - 20H15 + 12 ans (2014 et +)</p> <p><u>JUJITSU SELF</u> 20H15 - 21H30 + 14 ans (2012 et +)</p>	<p><u>EVEIL MARTIAL</u> Groupe 2 16H30 - 17H30 4-5 ans (2022 - 2021)</p> <p><u>JUDO</u> 17H30 - 18H30 Mini-poussins 6-7ans (2019 à 2020)</p> <p>18H30- 19H30 Poussins / Benjamins 8-11ans (2015 à 2018)</p> <p>19H30 - 21H Ado / Adultes + 12 ans (2014 et +)</p>	<p><u>PASSERELLE JUJITSU</u> 18H - 19H 6-7ans (2019 à 2020)</p> <p><u>TAISO</u> 19H - 20H + 12 ans (2014 et +)</p> <p><u>JUJITSU SELF</u> 20H - 21H30 + 14 ans (2012 et +)</p>	<p><u>BABY MARTIAL</u> 16H45 - 17H30 3 ans (2023)</p> <p><u>JUDO</u> 17H30 - 18H30 Mini-poussins 6-7ans (2019 à 2020)</p> <p>18H30- 19H30 Poussins / Benjamins 8-11ans (2015 à 2018)</p> <p>19H30 - 21H Ado / Adultes + 12 ans (2014 et +)</p>	<p><u>STAGE / PREPRA KATA</u> 9H30 - 12H</p> <p align="center">Après-midi réservé à l'usama</p>

