

PLANNING ARTS MARTIAUX VIETNAMIENS DU COUSERANS 2023 - 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8h							
9h							
10h	Thái cực quyền (Tai Chi Vietnamien) Parc du tribunal Saint Girons (09)		Thái cực quyền (Tai Chi Vietnamien) Parc du tribunal Saint Girons (09)		Thái cực quyền (Tai Chi Vietnamien) Parc du tribunal Saint Girons (09)	Cours Théorique 11h30 -12h	Séance libre Võ Đạo & Thái cực 13-99ans
11h	10h-11h30		10h-11h30		10h-11h30	Võ Đạo 6 à 12 ans Espace Laffont	Espace Laffont 9h-11h30
12h	Cô Võ Đạo (armes viet) 12 ans & + Quai Gravier (09) 11h30-12h30						
13h			Remise en forme Espace Laffont 13h-14h				
14h			Võ Đạo Cours gradés 14h15 15h30		Võ Đạo 6 à 12 ans Espace Laffont 13h45 15h		
15h			Võ Đạo 3 à 5 ans Espace Laffont 15h30 16h30		Võ Đạo Tout Niveau Tiers Lieux Helios Seix(09) 15h - 17h		
16h							
17h	Cours théorique 17h-17h30						
18h	Võ Đạo 6 à 12 ans Espace Laffont 17h30 18h45						
19h		Võ Đạo Cours gradés 18h15 19h30	Việt Võ Đạo 6 à 12 ans Salle polyvalente Montardit (09) 18h30-19h50			Cô Võ Đạo (armes Viet) 12ans & + Espace Laffont 18h30 -20h	Cours Combat 12ans & + Espace Laffont 18h30 -20h
20h	Việt Võ Đạo Adultes Espace Laffont Saint Girons (09) 19h30-21h00		Việt Võ Đạo Adultes Salle polyvalente Montardit (09) 20h-21h30			Việt Võ Đạo Adultes Espace Laffont Saint Girons (09) 20h-21h30	
21h							
22h							

Stages
Formations
Compétitions

Stages
Ateliers
Formations
Compétitions

Légende :

Préparation Physique	Baby Võ Đạo	Arts Internes	Arts externes Enfants	Arts externes Ados/Adultes	Cours Spécifiques
-------------------------	-------------	------------------	--------------------------	-------------------------------	----------------------