

PLANNING ARTS MARTIAUX VIETNAMIENS DU COUSERANS 2024 - 2025

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8h							
9h						Thaï Chi Traditionnel Espace Laffont Saint Giron	
10h	Thaï cực quyền (Taï Chi Vietnamien) 12 ans & + Parc du tribunal Saint Giron		Thaï cực quyền (Taï Chi Vietnamien) 12 ans & + Parc du tribunal Saint Giron		Thaï cực quyền (Taï Chi Vietnamien) 12 ans & + Parc du tribunal Saint Giron	Cours Théorique 10h-10h30 9h-10h30 Viêt Võ Đạo 6 ans & + Tous niveaux Espace Laffont Saint Giron 10h30-12h	
11h	10h-11h30		10h-11h30		10h-11h30		
	Cô Võ Đạo (bâton long) 12 ans & + Parc Tribunal 11h30-12h30						
12h		Capoeira 14 ans & + Espace Laffont Saint Giron 12h-13h30					
13h			Préparation Physique Espace Laffont 13h-14h				
14h			Võ Đạo 6 à 13 ans Espace Laffont 13h45-15h15				
15h		Seix ?	Võ Đạo 8 ans & + Cours Gradés Espace Laffont 14h-16h	Massat ?			Stages Formations Compétitions
16h			Baby Võ Đạo 3 à 5 ans Espace Laffont 16h-17h				
17h	Cours théorique 17h-17h30				Cours théorique 17h-17h30		
18h	Võ Đạo 6 à 13 ans Espace Laffont 17h30-18h45	Viêt Võ Đạo 6 à 13 ans Salle de Montardit 17h30-18h45				Cô Võ Đạo et/ou Song Dâu 8 ans & + Espace Laffont 17h30-19h	Stages Ateliers Formations Compétitions
19h	Espace Laffont Saint Giron 17h30-19h30	Cours gradés Montardit 18h15 - 19h30					
20h	Viêt Võ Đạo Ados & adultes Espace Laffont Saint Giron 19h30-21h	Viêt Võ Đạo Ados & adultes Salle polyvalente Montardit 19h30-21h				Viêt Võ Đạo Ados & adultes Espace Laffont Saint Giron 19h-20h30	
21h						Capoeira 14 ans & + Espace Laffont 20h30-22h (1 semaine/2)	
22h							

Légende :

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