

# CRENEAU KARATE ELITE ARGENTEUIL 2024-2025

JOURS	DEBUT HORAIRE	FIN HORAIRE	LIEU	TRANCHES D'ÂGES	ACTIVITE
LUNDI	18H00	19H00	Jean-Guimier	9-15 ans débutants (G1)	KATA/KUMITE
LUNDI	19H00	20H00	Jean-Guimier	9-15 ans Gradés (G1)	KATA/KUMITE
LUNDI	20H00	21H30	Jean-Guimier	Séniors Haut-Niveau	KUMITE
MARDI	19H00	20H00	Cerdan	9-15 ans débutants (G2)	KATA/KUMITE
MARDI	20H00	21H00	Cerdan	9-15 ans Gradés (G2)	KATA/KUMITE
MERCREDI	19H00	21H30	Cerdan	Préparation Physique Séniors Haut-Niveau	PP
MERCREDI	18H00	19H00	Jean-Guimier	9-15 ans débutants (G1)	KATA/KUMITE
MERCREDI	19H00	20H00	Jean-Guimier	9-15 ans Gradés (G1)	KATA/KUMITE
MERCREDI	20H00	21H30	Jean-Guimier	Séniors Haut-Niveau	KUMITE
JEUDI	18H00	19H00	Jean-Guimier	7-9 ans débutants et Gradés	KATA+KUMITE
JEUDI	19H00	20H00	Jean-Guimier	9-15 ans débutants et gradés (G2)	KUMITE: KATA
JEUDI	20H00	21H30	Jean-Guimier	Séniors Haut-Niveau	KUMITE
VENDREDI	19H30	21H00	Bureau Mairie	Haut-Niveau Analyse Vidéos tous les 15 jours	KUMITE
SAMEDI	11H00	12H00	Jean-Guimier	4-6 ans Groupe A débutants	KATA+KUMITE
SAMEDI	12H00	13H00	Jean-Guimier	4-6 ans Groupe B confirmés	KATA+KUMITE
SAMEDI	13H00	14H00	Jean-Guimier	7-9 ans Débutants et gadés	KATA+KUMITE
SAMEDI	17H00	18H30	Jean-Guimier	Projet Haut-Niveau Enfants	KUMITE
SAMEDI	17H00	19H00	Jean-Guimier	Haut-Niveau Séniors	KUMITE

Enfants	4 ans-6 ans	GROUPE A (Débutants)	GROUPE B (Confirmés)
Enfants	7 ans-9 ans		
Enfants	9 ans-15 ans	GROUPE A (Débutants)	GROUPE B (Confirmés)
Haut-Niveau	Séniors		
Projet Haut-Niveau	Enfants		

Nombre de cours	4-6 ans	GROUPE A (Débutants)	1 cours
Nombre de cours	4-6 ans	GROUPE A (Confirmés)	1 cours
Nombre de cours	7 ans-9 ans	GROUPE A (Débutants et gradés)	2 cours
Nombre de cours	9-15 ans	GROUPE A (Débutants)	2 cours
Nombre de cours	9-15 ans	PE B (Confirmés) + Projet Haut-Niveau	5 cours
Nombre de cours	Séniors	Haut-Niveau	cours + 1 séance analyse Vidéo

