



CHATELAIN  
**CHATELAIN** ARTS MARTIAUX

**Saison 2020-2021**



		LUNDI	MARDI	MERCREDI	VENDREDI	SAMEDI
JUDO	EVEIL (2015-2016)			15h- 15h45		
	MINI-POUSSINS (2013-2014)			16h- 17h	18h- 19h	
	POUSSINS (2011-2012)			17h- 18h	18h- 19h	
	BENJAMINS (2009-2010)	18h- 19h30		17h- 18h		
	MINIMES-CADETS- JUNIORS-SENIORS	18h- 19h30			19h- 20h30	
JUDO-JUJITSU PRÉPARATION AUX GRADES				18- 19h		
JUJITSU SELF-DÉFENSE (À PARTIR DE 15 ANS)				19h- 20h30		
JODO	ENFANTS (9-12 ANS)			17h30- 18h30		
	ADOS-ADULTES			18h30- 20h30	19h- 20h30	
KENDO	KENDO NO KATA (à partir de 10 ans)		18h30- 19h30			9h15- 10h15
	KENDO SHINAI (à partir de 10 ans)		19h30- 20h30			10h15- 11h45



**Orthez Arts Martiaux**

**Dojo des Soarns**

**64300 ORTHEZ**

**06.75.32.98.93**

**[www.orthezam.fr](http://www.orthezam.fr)**