

# Viens Pratiquer près de chez toi le **TAEKWONDO** Sport Olympique

## PLANING DES COURS 2014-2015

Repères tes Horaires

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10H30 - 11h00		HTC-TKD Techniques cours spéci- fique		HTC STRETCHING	HTC-TKD Techniques cours spécifique	JTC 5/6 ANS
11H00 - 11h30						
11H30 - 12h00						
16H30 - 17h00			HTC-TKD 5/8 ANS			HTC & JTC COURS SPECI- FIQUE
17H00 - 17h30						
17H30 - 18h00		JTC 7/8 ANS	HTC-TKD 9 /13 ANS			
18H00 - 18h30	HTC-TKD 5/8 ANS					
18H30 - 19h00		JTC 9/13 ANS		HTC-TKD 9 /13 ANS		
19H00 - 19h30						
19H30 - 20h00	HTC-TKD ADO-ADULTES	JTC ADO-ADULTES	HTC-TKD ADO-ADULTES	HTC-TKD ADO- ADULTES	JTC ZEN SELF	
20H00 - 20h30						
20H30 - 21h00			HTC-BODY	JTC RENFO		
21H00 - 21h30						

COURS POUR TOUS

TKD ENFANT - ADO  
DE 5 à 13 ANS

TKD ADO—ADULTES  
DE 14 à 77 Ans

...

BODY  
RENFO  
SELF  
STRETCHING

...

A Hanches ou Jouy\*



\* Inscription distincte soit au club de Hanches soit au club de Jouy avec Me Gilot tel 06.60.63.67.25