



# DOJO DES ABERS

Bourg-Blanc - Lannilis - Plabennec - Ploudalmézeau - Plouguerneau - Plouvien

Siège social : Salle Maurice Kervéan - Mézéozen - 29870 Lannilis

Tél : 02 98 04 14 97 / 06 68 25 86 35

[www.dojodesabers.fr](http://www.dojodesabers.fr)

## HORAIRES DES COURS DU DOJO DES ABERS SAISON 2022-2023

<b>LANNILIS</b>	<b>PLABENNEC</b>
<b>JUDO</b> Lundi : 19 h 45 - 20 h 45 Adultes/Min/Cad/Jun  Mercredi : 14 h 15 - 15 h 00 Baby judo 15 h 15 - 16 h 15 Préjudo 16 h 30 - 17 h 30 Moyens 17 h 45 - 18 h 45 Benj/Min 19 h 00 - 20 h 45 Confirmés et Adultes  Samedi : 14 h 45 - 15 h 45 Préjudo 16 h 00 - 17 h 00 Moyens/Benjamins 17 h 15 - 18 h 45 Adultes/Min/Cad/Jun	<b>JUDO</b> Mardi : 17 h 15 - 18 h 15 Préjudo – Baby-Judo 18 h 30 - 19 h 30 Moyens/Benjamins 19 h 45 - 21 h 00 Ados/Adultes  Vendredi : 17 h 15 - 18 h 15 Préjudo – Baby-Judo 18 h 15 - 19 h 15 Moyens/Benjamins 19 h 15 - 20 h 30 Ados/Adultes
<b>CHANBARA</b> Vendredi : 17 h 45 - 18 h 45 : enfants (6-12 ans) 19 h 00 - 20 h 30 : ados-adultes	<b>CHANBARA</b> Mercredi : 16 h 00 - 17 h 00 : enfants (6-12 ans)

<b>PLOUDALMÉZEAU</b>	
<b>JUDO</b> Lundi : 17 h 15 - 18 h 15 Préjudo et Moyens 18 h 30 - 19 h 30 Benjamins  Mardi : 17 h 15 - 18 h 15 Préjudo 18 h 30 - 19 h 30 Moyens 19 h 45 - 21 h 00 Ados/Adultes	Mercredi : 13 h 30 - 14 h 30 Préjudo 14 h 30 - 15 h 30 Moyens  Vendredi : 17 h 15 - 18 h 15 Préjudo 18 h 30 - 19 h 30 Moyens 19 h 45 - 21 h 00 Ados/Adultes  Samedi : 10 h 00 - 11 h 00 Benjamins 11 h 15 - 12 h 00 Baby judo

<b>PLOUGUERNEAU</b>	<b>BOURG-BLANC</b>
<b>JUDO</b> Mardi : 17 h 15 - 18 h 15 Préjudo 18 h 30 - 19 h 30 Moyens/Benj/Min  Jeudi : 17 h 15 - 18 h 15 Baby judo / Préjudo 18 h 30 - 19 h 30 Moyens/Benj/Min	<b>JUDO</b> Lundi : 18 h 15-19 h 15 Préjudo/Moyens/Benj/Min  Mercredi : 16 h 15 - 17 h 15 Baby judo / Préjudo 17 h 30 - 18 h 30 Moyens/Benj/Min
<b>CHANBARA</b> Mercredi : 14 h 00 - 15 h 00 : enfants (6-12 ans) Samedi : 10 h 45 - 12 h 15 : ados-adultes	<b>CHANBARA</b> Mercredi : 19 h 15 - 21 h 00 : ados-adultes
<b>KENDO</b> Samedi : 09 h 00 - 10 h 30 : ados-adultes	<b>KENDO</b> Mardi : 19 h 45 - 21 h 15 : ados-adultes

<b>PLOUVIEN</b>	
<b>JUDO</b> Lundi : 18 h - 19 h Préjudo/Moyens/Benj/Min	