



# USCAM - JUDO

Maison des Arts Martiaux  
75 rue Marie Rotsen , 60800 Crépy en Valois

## Horaires SAISON 2023 - 2024

Cours à partir de lundi 4 Septembre 2023



<u>Baby-Judo (4-6ans) :</u>	Mercredi: 14h00 – 15h00 (Salle 1+2) Vendredi: 17h30 – 18h30 (Salle 2)
<u>Jeunes judo (6 -10 ans):</u>	Lundi: 17h45 – 19h15 (Salle 3) Mercredi: 15h15 - 16h45 (Salle 1+2) Samedi: 14h00 – 15h30 (Salle 2)
<u>Ados judo (10 – 14ans) :</u>	Mardi: 18h30 – 20h00 (Salle 2) Vendredi : 18h30 - 20h00 (Salle 2)
<u>Judo &lt;&lt; technique&gt;&gt;</u>	Mercredi: 20h00 – 21h30 (Salle 1)
<u>Adultes judo(dès 14ans) :</u>	Mardi: 20h00 – 21h30 (Salle 2) Vendredi : 20h00 - 21h30 (Salle 2)
<u>Tout âge - éducatif Ju-jitsu :</u>	Jeudi: 18h00– 19h30 (Salle 1)
<u>Révision - Préparation technique (dès 17ans) :</u>	Lundi: 21h00 – 22h30 (Salle 3) Samedi: 10h00 – 12h30 (Salle 2)
<u>Ju-Jitsu Self Défense ( dès 12 ans)</u>	Samedi : 10h00– 12h30 (Salle 1)

Options : Séances de musculations en complément des cours  
Se renseigner auprès des professeurs



FF judo

### Professeurs du Club

Albert Marcati: CN 4 Diplômé d'Etat  
Philippe Aujard: CN 3 Diplôme d'Etat

Pour toute information ne pas hésiter à contacter:

06 84 59 61 02 ( Jean Luc : Président du Club)  
06 14 07 87 43 (Bruno Plassin : Membre du bureau)  
07 45 65 24 42 (Danny De Cock : Secrétaire)

Site du Club: <https://www.usc-judocrepy.com/>

