

SALLE MURE RAVAUD

ANNEE 2025-2026

jour semaine																															
		8H00	8H30	9H00	9H30	10H00	10H30	11H00	11H30	12H00	12H30	13H00	13H30	14H00	14H30	15H00	15H30	16H00	16H30	17H00	17H30	18H00	18H30	19H00	19H30	20H00	20H30	21H00	21H30	22H00	
creneau horaire																															
LUNDI	Dojo 1	MENAGE - EXTERNE 5H00-8H00		Gymnastique Volontaire 8h30 - 9h30 Gym adultes 30A	Gymnastique Volontaire 9h40 - 10h40 Gym adultes 39A							Elémentaire Montfleury 13h30 - 16h30 30 Enfants							Vibration Ethnique 17h30-19h15 EquiEnergie 15 pers												
	Dojo 2																						Kyokushin Karaté Club 19h15 - 21h30 30 A et Ado								
MARDI	Dojo 1	MENAGE - EXTERNE 5H00-8H00		J.Flandrin 8h10 - 9h25	Gymnastique Volontaire 9h25 - 10h25 Gym Senior 21A	J.Flandrin 10h25 - 11h45						Elémentaire Montfleury 13h30 - 16h30 30 Enfants							Judo Club de Corenc 17h00 - 18h10 25 Enfants		Judo Club de Corenc 18h15 - 19h30 25 Enfants										
	Dojo 2																					Aïkido de Corenc 18h30 - 20h30 5 E et 17A									
MERCREDI	Dojo 1	MENAGE - EXTERNE 5H00-8H00		Gymnastique Volontaire 8h25 - 9h25 Gym Adultes 42 A	Gymnastique Volontaire 9h30 - 10h30 Stretching 45A	Vibration Ethnique 10h30-12h00 Danse Bio Dynamique - 10 pers												Judo Club de Corenc 16h00 - 17h00 20 Enfants		Judo 17h15 - 18h30 25 ado		Association BESACE Karaté di Sokotai 19h00 - 21h30									
	Dojo 2						Vibration Ethnique 10h30-12h00 Danse bien-être - 15 pers															Judo 19h00 - 20h30 25 A									
JEUDI	Dojo 1	MENAGE - EXTERNE 5H00-8H00		J.Flandrin 8h10-9h40			Gymnastique Volontaire 10h30 - 11h30 Stretching 22A		Gymnastique Volontaire 12h00 - 13h00 Postural ball 17A												Judo Club de Corenc 17h30 - 18h45 10 A et Enfants		Kyokushin Karaté Club 19h00 - 21h30 30 A - Ado								
	Dojo 2																						Aïkido de Corenc 18h45 - 21h00 3 E et 9A								
VENDREDI	Dojo 1	MENAGE - EXTERNE 5H00-8H00		J.Flandrin 8h10-9h40		J.Flandrin 10h05-11h45						Elémentaire Montfleury 13h30 - 16h30 30 Enfants							Judo Club de Corenc 17h00 - 18h10 25 Enfants		Judo Club de Corenc 18h15 - 19h30 25 ado		Judo Club de Corenc 19h30 - 21h00 25 A								
	Dojo 2																														
SAMEDI	Dojo 1				Aïkido de Corenc 9h00 - 12h00 3 E et 9A																										
	Dojo 2		Kyokushin Karaté Club 08h00-10h30 20 A - Ado																												