



Les horaires 2025-2026

Les cours se déroulent au Complexe Sportif Francis LESPINET, de LA MONTAGNE

les enseignants	Judo							
	Années de naissance	Catégorie (à compter de septembre 2024)	L	M	M	J	V	S
Cédric HILARION Ceinture Noire 4 ^{ème} dan	nés en 2019	Poussinet(te)s 1			14H 15H			
	nés en 2018	Poussinet(te)s 2			15H 16H			
	nés en 2020-2021	éveil-Judo 1 et 2			16H 17H			
	+ de 60 ans	Taïso Seniors		16H - 17H				
	nés en 2016-17	Poussin(e)s		17h15-18h15			17h15-18h15	
	nés en 2014-15	Benjamin(e)s		18h15-19h15			18h15-19h15	
	A partir de 2013	Minime(s)		19h15-21h15			19h15-20h45	
		Cadet(te)s						
		de Juniors à Vétérans						
	à partir de 14 ans **	Taïso (coaching training)	20h-21h30					
	à partir de 14 ans **	Taïso - cardio prépa physique				19h -20h		9h-10h
	à partir de 14 ans **	Taïso traditionnel				20h -21h		

Les tarifs 2025-26	Nbre de cours / semaine	Cotisation Total	Passeport Judo 3
Judo			
Eveil	1	150€	Non
Poussinet(e)	1	175€	Non
Poussin	2	210€	8€
Benjamin	2	210€	8€
Minime	2	240€	8€
Judo et/ou Taïso			
A partir de 14 ans	Taïso seul 4 cours	190€	Non
Cadets Juniors et Adultes	Taïso + Judo 6 cours	250€	8€
Taïso Séniors	1 cours	120€	Non