



LIGUE LANGUEDOC ROUSSILLON MIDI-PYRENEES DE JUDO
 FEDERATION FRANCAISE DE JUDO – JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES

FORMATION KATAS PERFECTIONNEMENT et PREPARATION AUX GRADES
SECTEUR LANGUEDOC ROUSSILLON
PALAIS DES SPORTS DE CASTELNAU LE LEZ

Avec Franck FILAINE et Michel CASSE Formateurs nationaux kata

Les judoka peuvent préparer leur grade de façon personnelle pendant la séance en accord avec l'intervenant. Ouvert à partir de la ceinture marron.

Date	Matin	Nage no kata	Goshin jitsu	Katame no kata	Gonosen	Kime no kata	Ju no kata
4/10/16	9h30-10h30	x					
	10h30-11h30		x				
11/10/16	9h30-10h30	x					
	10h30-11h30		x				
18/10/16	9h30-10h30	x					
	10h30-11h30		x				
2/11/16	9h30-10h30	x					
	10h30-11h30			x			
22/11/16	9h30-10h30		x				
	10h30-11h30				x		
29/11/16	9h30-10h30			x			
	10h30-11h30					x	
6/12/16	9h30-10h30				x		
	10h30-11h30						x
13/12/16	9h30-10h30	x					
	10h30-11h30					x	
3/1/17	9h30-10h30		x				
	10h30-11h30						x
10/1/17	9h30-10h30			x			
	10h30-11h30					x	
17/1/17	9h30-10h30				x		
	10h30-11h30						x
24/1/17	9h30-10h30	x					
	10h30-11h30					x	
31/1/17	9h30-10h30		x				
	10h30-11h30						x
21/2/17	9h30-10h30			x			
	10h30-11h30					x	
28/2/17	9h30-10h30				x		
	10h30-11h30						x
7/3/17	9h30-10h30	x					
	10h30-11h30					x	
14/3/17	9h30-10h30		x				
	10h30-11h30						x
21/3/17	9h30-10h30			x			
	10h30-11h30					x	
29/3/17	9h30-10h30				x		
	10h30-11h30						x
18/4/17	9h30-10h30	x					
	10h30-11h30					x	
25/4/17	9h30-10h30		x				
	10h30-11h30						x
2/5/17	9h30-10h30			x			
	10h30-11h30					x	
9/5/17	9h30-10h30				x		
	10h30-11h30						x
16/4/17	9h30-10h30	x					
	10h30-11h30					x	
23/5/17	9h30-10h30		x				
	10h30-11h30						x
30/5/17	9h30-10h30			x			
	10h30-11h30					x	