



ACADÉMIE D'ARTS MARTIAUX

HORAIRE DE Budo Aikido

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
11h30 à 12h Techniques	11h30 à 12h Techniques	11h30 à 12h Techniques	11h30 à 12h Techniques	11h30 à 12h Techniques	11h à 12h Lutte (Corps à corps)	
12h à 13h Mise en forme Combat	12h à 13h Mise en forme Combat	12h à 13h Mise en forme Combat	12h à 13h Mise en forme Combat	12h à 13h Mise en forme Combat	12h à 13h Mise en forme Combat	
12h45 à 14h Lutte (corps à corps)	12h45 à 14h Lutte (corps à corps)	12h45 à 14h Lutte (corps à corps)	12h45 à 14h Lutte (corps à corps)	12h45 à 14h Lutte (corps à corps)		15h à 17h Techniques
17h à 18h Mise en forme Combat	17h à 18h Mise en forme Combat	17h à 18h Mise en forme Combat	17h à 18h Mise en forme Combat	17h à 18h Mise en forme Combat		17h à 18h Lutte (Corps à corps)
18h à 19h Lutte (corps à corps)	18h à 19h Lutte (corps à corps)	18h à 19h Lutte (corps à corps)	18h à 19h Lutte (corps à corps)	18h à 19h Lutte (corps à corps)		
19h45 à 21h Techniques	19h45 à 21h Techniques	19h45 à 21h Techniques	19h à 21h Techniques			

- Entraînements libres sur les heures d'ouvertures.
- Cours et entraînements privés sur demande du lundi au dimanche.