



« JUDO Compétiteurs »

Site : www.guc-jcg.com
Tél : 04-76-82-44-31
Mail : Judo.club.grenoble@gmail.com
Fb : <https://www.facebook.com/GUC.JCG>

Poussins Benjamins Minimes Cadets Juniors Séniors

Mardi (club)	Mercredi	Jeudi	Vendredi (club)
18h30-20h30 Cadets Juniors Séniors Technique et Randoris (Lieu: CSU)	14h30-16h Poussins 2 Benjamins Minimes 1 (Lieu: complexe sportif Pégoud) 16h-18h Minimes 2 /Cadets technique et Randoris (Lieu: complexe sportif Pégoud) 17h15-18h30 Juniors Séniors Technique (Lieu: Hoche) 18h15-20h Juniors Séniors Randoris (Lieu: Hoche entraînement de masse)	14h15-16h Juniors Séniors Technique et Randoris (Lieu: CSU)	17h-18h30 Renforcement musculaire (Lieu: salle de muscultation CSU) 18h30-20h15 Cadets Juniors Séniors Technique et Randoris (Lieu: CSU)
Séance personnalisée selon le niveau et la quantité d'entraînement			

DOJO CSU: Centre Sportif Universitaire, 430 rue de la passerelle 38 400 Saint Martin d'Hères
(Début des cours et inscriptions sur place : 5 septembre 2023)

DOJO Hoche : Centre sportif, 7 Rue François Raoult 38 000 Grenoble
Inscriptions dans les sections (Dojos) = (Début des cours le 6 septembre)

DOJO Pégoud: Complexe sportif Adolphe Pégoud, 7 rue Louis le Cardonnell 38100 Grenoble:
Inscriptions dans les sections (Dojos) = (début des cours le 13 septembre 2023)