



PLANNING ZENDOJANG 2022/2023



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	17h à 18h Taekwondo De 6 à 11 ans		17h à 18h Taekwondo De 6 à 11 ans	
	18h15 à 19h45 Taekwondo De 12 à 17 ans		18h15 à 19h45 Taekwondo De 12 à 17 ans	18h à 19h30 Self défense 12 ans et plus
19h30h à 21h Viet Vo Dao 18 ans et +	20h à 21h30 Taekwondo 18 ans et +	19h à 20h15 Yoga	20h à 21h30 Taekwondo 18 ans et +	19h30h à 20h30 Sabre Laser A partir de 12 ans
		20h30 à 21h30 Target Fight Adultes		