

HOSUKWAN - PLANNING 2021-2022 PAR DISCIPLINE

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
QI GONG	18h - 19h	9h - 10h	18h45 - 20h00	9h30 - 10h30	
	Didelle Drumettaz	Visio	Salle Poly Yenne	MJC Aix	
	Qi Gong	Qi Gong	Taiji-Qi Gong Wudang	Qi Gong Assis	
	19h15 - 20h15	18h - 19h		12h30 - 13h30	
	Didelle Drumettaz	Nouvelle salle Aix		Grésy/Aix	
	Taiji-Qi Gong Wudang	Qi Gong		Qi Gong	
	18h45 - 20h15	19h15 - 20h15		18h - 19h	
	Yenne	Nouvelle salle Aix		Salle poly Tresserve	
	Taiji-Qi Gong	Taiji-Qi Gong Wudang		Qi Gong	
		20h15 - 21h15		19h15 - 20h45	
	Taiji-Qi Gong perfect *		Salle poly Tresserve		
			Taiji-Qi Gong Wudang		
HAPKIDO	LUNDI	MARDI	MERCREDI	17h45 - 19h00	VENDREDI
				Dojo Tresserve	
				Hapkido enfants	
				19h - 20h30	
				Dojo Tresserve	
			Hapkido adultes		
TAEKWONDO	LUNDI	17h30 - 18h45	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		Dojo Tresserve			
		Taekwondo enfants			
		19h - 20h30			
		Dojo Tresserve			
	Taekwondo adultes				
TAIJIQUAN	LUNDI	19h - 20h30	MERCREDI	19h - 20h30	VENDREDI
		Salle poly Tresserve		Nouvelle salle Aix	
		Taijiquan Wudang		Taijiquan Wudang	
				20h30 - 21h15	
				Nouvelle salle Aix	
			Taijiquan avancés *		
TAICHI PROGRESSIF	LUNDI	17h30 - 18h45	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		Salle poly Tresserve			
		Taichi Progressif			
SABRE LASER SELF DEFENSE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	17h30 - 18h45	VENDREDI
				Nouvelle salle Aix	
				Sabre laser - Self	
SELF DEFENSE					SAMEDI
	<div style="border: 1px solid purple; padding: 5px;"> Cours de self défense les samedis de 9h à 12h : 2 octobre / 20 novembre / 18 décembre / 22 janvier / 26 février / 19 mars / 16 avril / 21 mai / 11 juin </div>				9h - 12h
					1 fois/mois
					Dojo Tresserve
					Self défense
Ado - Adulte					
				Voir Calendrier	