

JUDO

INFANTIL (2 classes setmanals)

MOTRICITAT (4 i 5 anys)

- Dimarts i dijousde 17.30 a 18.30 h.
- Dimarts i dijousde 18.30 a 19.30 h.
- Dissabtes.....d'11.00 a 13.00 h.

NIVELL I (6, 7 i 8 anys)

- Dilluns i dimecres.....de 17.30 a 18.30 h.
- Dilluns, dimecres i divendres.....de 18.30 a 19.30 h.
- Dissabtes.....d'11.00 a 13.00 h.

NIVELL II (9, 10, 11 i 12 anys)

- Dimarts i dijous de 17.30 a 18.30 h.
- Dimarts i dijous de 18.30 a 19.30 h.
- Dissabtes.....de 09.00 a 11.00 h.

NIVELL III (13, 14 i 15 anys)

- Dimarts i dijousde 19.30 a 20.30 h.
- Dissabtes.....de 09.00 a 11.00 h.

ADULTS

- Dilluns (Judo a terra).....de 20.30 a 22.00 h. (C.T. Judo Congost)
- Dimarts i dijous.....de 20.30 a 22.15 h.
- Divendres.....de 20.30 a 21.30 h. (C.T. Judo Congost)

SAUNA

- De dilluns a divendres.....de 10.00 a 22.00 h.
- Dissabtes.....de 10.00 a 13.00 h.