

AFKA

Programme des cours de **Janvier 2026**

<u>Dates</u>	<u>Lieux</u>	<u>Horaires</u>	<u>Niveaux</u>	<u>Senseis</u>
Samedi 3	Chaumont	Pas de Cours Enfants	Pas de Cours Enfants	
		13h30/15H45	Tous Grades	Adam
		15H50/16H45	Hauts Grades	
Dimanche 4	Jaurès	13h00/13/55	Condition Physique et Santé	Christine
		14h00/15h55	Tous Grades	
		16h00/16h45	H.G.	
		16h50/17h50	SWORD	
Lundi 5	Jaurès	12H15/13H30	Tous Grades	Thomas
Mercredi 7	Pelleport	20h15/22h30	Tous Grades	Vincent
Jeudi 8	Jaurès	12h15/13h30	Tous Grades	Françoise
Samedi 10	Chaumont	13h00/13h55	Cours Enfants	Vincent
		14h00/15h45	Tous Grades	Adam
		15h50/16H45	Pratique Libre	

Dimanche 11	Jaurès	13h00/13h55	Pratique du Kiatsu (1 ^{ère} Dan et Suivants : Donneurs, Tous Grades : Receveurs)	Françoise
		14h00/15h55	Tous Grades	Lionel
		16h00/17h00	H.G.	Françoise
		17h00/17h50	Pratique libre et de Profs	
Lundi 12	Jaurès	12h15/13h30	Tous Grades	Thomas et Françoise
Mercredi 14	Pelleport	20h15/22h30	Tous Grades	Vincent
Jeudi 15	Jaurès	12h15/13h30	Tous Grades	Françoise
Samedi 17	Chaumont	13h00/13h55	Cours Enfants	Vincent
		14h00/15h40	Tous grades	Adam
		15h45/16h45	H.G.	Françoise
Dimanche 18	Jaurès	13h00/13h55	Condition Physique et Santé	Christine
		14h00/15h50	Tous Grades	Jean-Claude
		15h55/16h50	Pratique Libre ou GRADING	
		16h55/17h55	SWORD	
Lundi 19	Jaurès	12H15/13H30	Tous Grades	Thomas

Mercredi 21	Pelleport	20h15/22h30	Tous Grades	Vincent
Jeudi 22	Jaurès	12h15/13h30	Tous Grades	Françoise
Samedi 24	Chaumont	13h00/13h55	Cours Enfants	Vincent
		14H0015h45	Tous grades	Adam
		15h50/16h45	H.G.	
Dimanche 25	Jaurès	14h00/16h00	Cours de Développement du ki et Tous Grades	Thomas
		16h00/17h00	Pratique Libre	
Lundi 26	Jaurès	12h15/13h30	Tous Grades	Thomas
Mercredi 28	Pelleport	20h15/22h30	Tous Grades	Vincent
Jeudi 29	Jaurès	12h15/13h30	Tous Grades	Jean-Claude
Samedi 31	Chaumont	13h00/13h55	Cours Enfants	Vincent
		14H0015h45	Tous grades	Adam
		15h50/16h45	Pratique Libre ou GRADING	