

- ALVH -

Association sportive à Laxou depuis 1961

Saison 2016 / 2017

柔道
柔術
空手
ジム
目覚め

Judo / Jujitsu

Karaté

Pilates

Aéro-Karaté

Fitness

Parcours ludiques

Multisports enfants

Evènements de quartier

Dates d'inscription :

Lundi 5 septembre	18h00 à 20h00
Mardi 6 septembre	17h30 à 20h00
Mercredi 7 septembre	14h00 à 18h00
Vendredi 9 septembre	17h30 à 20h00
Samedi 10 septembre	09h00 à 12h00



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Judo / Jujitsu

Nico et Nico

7-9 ans
17h30-18h30
10-13 ans
18h45-20h00
Adultes/14+
20h00-21h30

4-5 ans
15h15-16h00
6-7 ans
16h00-17h00
8-10 ans
17h00-18h00

Compétition
20h00-21h30

7-9 ans
17h30-18h30
10-13 ans
18h45-20h00
Adultes/14+
20h00-21h30

Karaté

Anthony

9 ans et plus
14h15-15h15

5-8 ans
09h00-10h00
9-14 ans
10h00-11h00

Aéro-karaté

Anthony

Adultes/14+
11h15-12h15

Fitness

Adultes/16+
20h00-21h30

Pilates

Carine

Adultes/Ados
18h00-19h00
19h00-20h00
20h00-21h00

Adultes/Ados
11h15-12h15

Parcours ludiques

Carine

3-6 ans
14h00-15h00
15h00-16h00

Multisports

Carine

6-12 ans
10h15-11h15