


|  CATEGORIES | LUNDI | LIEU | N° COURS | MARDI | LIEU | N° COURS | MERCREDI | LIEU | N° COURS | JEUDI | LIEU | N° COURS |
|---|-------------------|------|----------|-------------------|------|----------|-------------------|------|----------|-------------------|------|----------|
| Nés en 2006-2007 (Un cours au choix) | | | | | | | 10 h - 10 h 45 | AD | 106 | | | |
| | | | | | | | 10 h 45 - 11 h 30 | AD | 107 | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | 13 h - 13 h 45 | GP | 103 | | | |
| | | | | | | | 13 h 30 - 14 h 15 | ES | 101 | | | |
| | | | | | | | 13 h 45 - 14 h 30 | GP | 104 | | | |
| | | | | | | | 14 h 15 - 15 h | ES | 102 | | | |
| | | | | | | | 14 h 30 - 15 h 15 | GP | 105 | | | |
| Nés en 2004-2005 (un cours au choix) | 17 h - 18 h | ES | 201 | 17 h 45 - 18 h 45 | GP | 202 | 9 h - 10 h | AD | 203 | | | |
| | | | | | | | 10 h 30 - 11 h 30 | ES | 204 | | | |
| | | | | | | | 15 h - 16 h | ES | 205 | | | |
| | | | | | | | 15 h 15 - 16 h 15 | GP | 206 | | | |
| Nés en 2002-2003 (deux cours au choix) | 17 h 30 - 18 h 30 | GP | 301 | | | | 9 h 30 - 10 h 30 | ES | 303 | 17 h 30 - 18 h 30 | ES | 306 |
| | 18 h - 19 h | ES | 302 | | | | 16 h - 17 h | ES | 304 | 17 h 45 - 18 h 45 | GP | 308 |
| | | | | | | | 16 h 15 - 17 h 15 | GP | 305 | | | |
| Nés en 2000-2001 (deux cours au choix) | | | | 17 h 45 - 18 h 45 | ES | 401 | 17 h - 18 h | ES | 402 | | | |
| Nés en 1998-99 (deux cours) | | | | | | | 18 h - 19 h | ES | 501 | | | |
| Nés en 1997 et avant : | | | | | | | | | | | | |
| * Loisirs | | | | 19 h - 20 h 30 | ES | 600 | | | | 19 h - 20 h 30 | ES | 600 |
| * Compétiteurs | 19 h - 20 h 30 | ES | 700 | | | | | | | | | |
| * Haut-niveau | | | | | | | 19 h - 20 h 30 | | | | | |


MC : Palais des Sports Marcel-Cerdan, salle Jean De Herdt

GP : Palais des Sports Gabriel-Péri, salle Jean-Luc Rougé

ES : Gymnase Eric Srecki, salle Magali Baton

AD : Gymnase Auguste-Delaune, salle Ducros

JPG : Gymnase Jean-Philippe Gatien, dojo

|  CATEGORIES | VENDREDI | LIEU | N° COURS | SAMEDI | LIEU | N° COURS |
|---|-------------------|------|----------|-------------------|------|----------|
| Nés en 2006-2007 (Un cours au choix) | | | | 9 h - 9 h 45 | GP | 111 |
| | | | | 9 h 45 - 10 h 30 | GP | 112 |
| | | | | 10 h - 10 h 45 | ES | 108 |
| | | | | 10 h - 10 h 45 | AD | 115 |
| | | | | 10 h 30 - 11 h 15 | GP | 113 |
| | | | | 10 h 45 - 11 h 30 | ES | 109 |
| | | | | 10 h 45 - 11 h 30 | AD | 116 |
| | | | | 11 h 15 - 12 h | GP | 114 |
| | | | | 11 h 30 - 12 h 15 | ES | 110 |
| Nés en 2004-2005 (un cours au choix) | 17 h 45 - 18 h 45 | MC | 207 | 9 h - 10 h | ES | 209 |
| | 17 h 45 - 18 h 45 | GP | 208 | 9 h - 10 h | AD | 210 |
| Nés en 2002-2003 (deux cours au choix) | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Nés en 2000-2001 (deux cours au choix) | 17 h - 18 h | ES | 403 | | | |
| Nés en 1998-99 (deux cours) | 18 h - 19 h | ES | 502 | | | |
| Nés en 1997 et avant : | | | | | | |
| * Loisirs | | | | | | |
| * Compétiteurs | 19 h - 20 h 30 | ES | 700 | | | |
| * Haut-niveau | | | | | | |