

FOYER CULTUREL DES JEUNES DE CAUDAN

Activités 2023-2024



Judo Jujitsu Taïso (à partir de 5 ans)

7 - 9 ans

Lundi 17h30 à 18h30 / Vendredi 18h à 18h45

10 - 12 ans

Lundi 18h30 à 19h30 / Vendredi 18h45 à 19h40

13 - 87 ans

Vendredi 19h40 à 21h15

Baby Judo (5 ans)

Vendredi 17h15 à 18h

Newaza (Judo au sol) (à partir de 11ans)

Lundi 19h30 à 20h30

Taïso (à partir de 13 ans)

Circuit Training et Renforcement Musculaire

Lundi 20h30 à 21h15 / Mercredi 19h45 à 20h

Judo Loisirs

Mercredi 19h à 20h30

Jujitsu (à partir de 13 ans)

Mercredi 17h30 à 19h / Samedi 14h à 16h

Lieu : Salle spécifique Judo

Responsable : Mr Hautot - 06 61 12 49 74

Tennis de Table

Compétition et Loisirs

Jeunes : Mercredi 17h

Adultes : Mardi 19h

Lieu : Salle spécifique Tennis de Table

Responsable : Mr Copine - 02 97 05 61 15

Circuit Routier (à partir de 12 ans)

(<http://srcc.fcjcaudan.fr>)

Vendredi 19h45

1^{er} et 3^{eme} Mardi de chaque mois 15h

Lieu : Espace Jean Rostand

Responsable : Mr Teffo – 06 02 73 37 20

Jeux En Réseau

(<http://www.gwelan.net>)

Partie réseaux 1 fois par Mois le Samedi

Lieu : Espace Jean Rostand

Responsable : Mr Le Lannier - 02 97 05 54 78

Gymnastique Adultes

Lundi 20h à 21h

Mardi 10h15 à 11h15

Jeudi 18h30 à 19h30

Lieu : Gymnase - Kergoff

Responsable : Mme Cordroch - 02 97 05 77 20

Musculation d'Entretien

Lundi 9h à 11h30 - 17h30 à 20h30

Mardi 17h30 à 20h

Mercredi 9h à 11h30 - 17h30 à 20h

Jeudi 17h30 à 20h

Vendredi 9h à 11h30 – 17h30 à 20h30

Samedi 9h à 11h30

Dimanche 9h à 11h30

Sauf Jour Férié

Lieu : Gymnase - Kergoff

Responsable : Mr Le Doussal - 06 10 36 83 53
aux heures d'entraînement

Course à Pied

(<http://courir.fcjcaudan.fr>)

Lundi 18h30 RDV parking médiathèque

Mercredi 18h30 RDV parking médiathèque

Samedi 9h RDV parking médiathèque

Sortie possible le dimanche matin à l'occasion

Responsable : Mr Rouillard – 06 61 57 35 64

Canne de Combat (à partir de 14 ans)

Jeunes et **Adultes** : Jeudi 19h à 20h30

Lieu : Salle spécifique Tennis de Table

Responsable : Mr Copine - 02 97 05 61 15

Pour tous renseignements

02 97 05 61 15

Bon CAF, Chèques-Vacances, Coupons
Sports et Pass Sport acceptés

<http://www.fcjcaudan.fr>