Foyer Culturel des Jeunes de Caudan

ACTIVITES SAISON 2025/2026

JUDO / TAISO / JIU-JITSU

Baby Do (5 ans)
Vendredi 17h15 à 18h00
Judo de 5 à 8 ans
Lundi 17h30 à 18h30 / Vendredi 18h00 à 18h45
Judo de 9 à 11 ans
Lundi 18h30 à 19h30 / Vendredi 18h45 à 19h40
Judo + 12 ans
Lundi 19h30 à 20h30 / Vendredi 19h40 à 21h15
Taïso (à partir de 13 ans)
Circuit Training et Renforcement Musculaire
Lundi 20h30 à 21h15 / Mercredi 19h à 20h15
Jujitsu (à partir de 13 ans)
Mercredi 17h30 à 19h / Samedi 16h à 18h
Lieu : Salle spécifique Judo
Responsable : Mr Hautot - 06 61 12 49 74

TENNIS DE TABLE

Compétition et Loisirs
Jeunes : Mercredi 17h
Adultes : Mardi 18h
Lieu : Salle spécifique Tennis de Table
Responsable : Mr Fortin - 06 89 18 78 00
Mr Copine - 06 45 23 02 84

CIRCUIT ROUTIER

(à partir de 14 ans)
Vendredi 19h45
Le mardi à partir de 15h
Lieu : Espace Jean Rostand
Responsable : Mr Teffo – 06 02 73 37 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

BATON DE COMBAT

(à partir de 14 ans)
Jeunes et **Adultes** : Jeudi 19h à 20h30
Lieu : Salle spécifique Tennis de Table
Responsable :
Mr David/Mr Ezanno - 02 97 80 53 11

GYMNASTIQUE ADULTE

Lundi 20h à 21h
Mardi 10h15 à 11h15
Jeudi 18h30 à 19h30
Lieu : Gymnase - Kergoff
Responsable : Mme Cordroch - 02 97 05 77 20

COURSE A PIED

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

INFORMATIONS : 06 10 36 83 53

https://www.fcjcaudan.fr

ACTIVITES SAISON 2025/2026

Créer, bouger, partager… Une nouvelle activité ?



rejoignez-nous pour la lancer ensemble !