

# HORAIRES KARATE ASKR ADULTES 2023/2024

JOURS	HORAIRES	LIEUX
<b>LUNDI</b> <i>divisés en 3 groupes avec profs</i>	<b>Tous grades:</b> 19h45 à 21h00 Cours de bases (débutants & moyens) <b>Gradés (1er et 2e Dan):</b> 19h45 à 21h15...préparations grades <b>Gradés (3e, 4e et 5e Dan):</b> 19h45 à 21h45... travail multidirectionnels <b>1 lundi/mois cours de profs.</b>	<b>MORIERES</b> Gymnase Albert Macip, dojo au 1 <sup>er</sup> étage (à côté du collège)
<b>MARDI</b>	<b>Tous grades :</b> 20h00 à 21h00	<b>AVIGNON Ouest</b> Salle Mérindol, 15 rue Mérindol
	<b>Tous grades:</b> 19h30 à 21h00	<b>CHATEAUNEUF DE GADAGNE</b> Salle Paul Mille (ancien stade)
	<b>Tous grades:</b> 18h45 à 19h45	<b>SARRIANS</b> Salle CCL (à côté du stade de foot)
	<b>Tous grades:</b> 18h45 à 20h15	<b>ST SATURNIN</b> 50 Imp de la Cardelina, salle Henri Bayard (derrière l'école maternelle)
<b>MERCREDI</b>	<b>Tous grades:</b> 19h45 à 20h45 <b>Gradés:</b> 19h45 à 21h15	<b>AVIGNON Est PONT/EAUX</b> Dojo Maison des Associations (Mairie Est) 7 rue Laurent Fauchier
	<b>Tous grades:</b> 19h30 à 21h00	<b>CAUMONT SUR DURANCE</b> Salle des Sports (ancienne cave) Rte de Cavaillon
	<b>Tous grades</b> 20h00 à 21h00	<b>ROCHFORT DU GARD</b> Salle Vieux Moulin (sous cantine de l'école)
<b>JEUDI</b>	<b>Tous grades:</b> 19h00 à 20h00	<b>LORIOU DU COMTAT</b> Salle de Sport (salle centre aéré) rte d'Aubignan
	<b>Tous grades:</b> 19h45 à 21h15	<b>MORIERES</b> Gymnase Albert Macip, dojo au 1 <sup>er</sup> étage (à côté du collège)
<b>VENDREDI</b>	<b>Tous grades:</b> 20h00 à 21h15	<b>AVIGNON Est PONT/EAUX</b> Maison des Associations (Mairie Est) 7 rue Laurent Fauchier
	<b>Tous grades:</b> 19h30 à 21h00	<b>ALTHEN DES PALUDS</b> Maison des Associations (face à l'église et à côté du tennis)
<b>SAMEDI</b>	<b>Préparations grades</b> (en fonction du calendrier) 14h00 à 17h00	<b>MORIERES</b> Dojo du Complexe Pierre Perdiguier Ave P de Coubertin

**A noter:** pour les cours tous grades, les débutants sont séparés des moyens et gradés, de manière à ce que tous les pratiquants progressent à leurs rythmes...

<http://www.askr-karate.com>