



# SWISS BUSHIDO ACADEMY

## PROGRAMME 2022-23

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
07H00 - 12H00						JIU-JITSU BRÉSILIEN JULIANO GARCIA 10H00 - 12H00	
12H00 - 13H00			JJB JULIANO GARCIA 12H00 - 13H00				
13H00 - 14H00							
14H00 - 15H00							
15H00 - 16H00							
16H00 - 17H00			JIU-JITSU BRÉSILIEN ENFANT 5 À 8 ANS JULIANO GARCIA 16H00 - 17H00				
17H00 - 18H00	JIU-JITSU BRÉSILIEN ENFANT 5 À 8 ANS JULIANO GARCIA 17H00 - 18H00		JIU-JITSU BRÉSILIEN ENFANT/ADO 9 À 15 ANS JULIANO GARCIA 17H00 - 18H00		JIU-JITSU BRÉSILIEN ENFANT/ADO 9 À 15 ANS JULIANO GARCIA 17H00 - 18H00		
18H00 - 19H00	GRAPPLING JULIANO GARCIA 18H00 - 19H00		JJB FEMME SANDRINE PERNET 18H00 - 19H00		JJB JULIANO GARCIA 18H00 - 19H00		
19H00 - 20H00	JIU-JITSU BRÉSILIEN JULIANO GARCIA 19H00 - 20H30		PRÉPARATION PHYSIQUE 19H00 - 19H30		GRAPPLING JULIANO GARCIA 19H00 - 20H30		
20H00 - 21H00			JIU-JITSU BRÉSILIEN JULIANO GARCIA 19H30 - 21H00				