

Salle 1 (BAS)

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

KIDS MOVE
16H00 - 17H00

KIDS MOVE
16H00 - 17H00

KIDS MOVE
16H00 - 17H00

KIDS MOVE
16H00 - 17H00

KIDS MOVE
16H00 - 17H00

KIDS MOVE
KICK-BOXING
17H00 - 18H00

KIDS MOVE
17H00 - 18H00

KIDS MOVE
17H00 - 18H00

KIDS MOVE
17H00 - 18H00

KIDS MOVE
17H00 - 18H00

JIU-JITSU
TOUS NIVEAUX
18H00 - 19H00

NOGI GRAPPLING
18H00 - 19H00

JIU-JITSU
TOUS NIVEAUX
18H00 - 19H00

NOGI GRAPPLING
18H00 - 19H00

MMA
18H00 - 19H00

NOGI
GRAPPLING
19H00 - 20H00

JIU-JITSU
TOUS NIVEAUX
19H00 - 20H00

NOGI
GRAPPLING
19H00 - 20H00

JIU-JITSU
TOUS NIVEAUX
19H00 - 20H00

JIU-JITSU
TOUS NIVEAUX
19H00 - 20H00

JIU-JITSU
GI/NO GI
10H00 - 11H00

Salle 2 (HAUT)

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

KICK-BOXING
09H00 - 10H00

BOXE ANGLAISE
TOUS NIVEAUX
10H00 - 11H00

MMA
AVANCÉS
10H00 - 11H00

MMA
AVANCÉS
10H00 - 11H00

MMA
AVANCÉS
10H00 - 11H00

SPARRING
11H00 - 12H00

BOXE ANGLAISE
12H00 - 13H00

BOXE ANGLAISE
12H00 - 13H00

CROSS TRAINING
12H00 - 13H00

BOXE ANGLAISE
12H00 - 13H00

BOXE ANGLAISE
12H00 - 13H00

YOGA
11H00 - 12H00

MMA
18H00 - 19H00

BOXE ANGLAISE
FEMMES
18H00 - 19H00

MMA
18H00 - 19H00

BOXE ANGLAISE
FEMMES
18H00 - 19H00

BOXE ANGLAISE
TOUS NIVEAUX
18H00 - 19H00

BOXE ANGLAISE
TOUS NIVEAUX
19H00 - 20H00

KICK-BOXING
19H00 - 20H00

BOXE ANGLAISE
TOUS NIVEAUX
19H00 - 20H00

KICK-BOXING
19H00 - 20H00

KICK-BOXING
19H00 - 20H00

KICK-BOXING
AVANCÉS
20H00 - 21H00

BOXE ANGLAISE
AVANCÉS
20H00 - 21H20

KICK BOXING
AVANCÉS
20H00 - 21H00

BOXE ANGLAISE
AVANCÉS
20H00 - 21H20