

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
12H15-13H00 CARDIOFIT Isabelle	12H15-13H00 KARATÉ SANTÉ - SENIORS Jacques	14H00-15H00 FULL CONTACT - KICK & K1 ADOS (8-11 ANS) Francis	10H00-11H30 KARATÉ SANTÉ - SENIORS Jacques	12H15-13H00 CARDIOFIT Isabelle	09H00-11H00 AÏKIDO Guillaume
17H00-18H30 BOXE ANGLAISE LOISIRS ET AMATEURS Philippe-Alain Jean	16H45-17H45 BOXE ANGLAISE ADOS Philippe	14H00-15H30 KARATE ENFANTS ET ADOS Ousseynou	12H15-13H15 SELF DEFENSE Franck	12H15-13H45 KARATÉ SANTÉ - SENIORS Jacques	10H00-11H30 SELF DEFENSE Franck
18H30-20H00 FULL CONTACT ADULTES Ibrahim	17H00-18H00 KRAV MAGA / SELF DEFENSE ADOS Rachid-Franck	15H00-16H30 FULL CONTACT - KICK & K1 ADOS (+12 ANS)	12H15-13H30 AÏKIDO Guillaume	16H45-17H45 BOXE ANGLAISE ADOS Philippe	14H00-15H00 FULL CONTACT - KICK & K1 ADOS (8-11 ANS) Francis
18H30-20H00 KMIX Rachid	18H00-20H00 BOXE ANGLAISE LOISIRS ET AMATEURS Philippe-Alain Jean	17H00-17H45 BABYBOXE Thierry	17H00-18H00 KRAV MAGA / SELF DÉFENSE ADOS Rachid - Franck	18H00-19H15 BOXE ANGLAISE LOISIRS ET AMATEURS Philippe-Alain Jean	14H00-15H30 KARATE ENFANTS ET ADOS Ousseynou
18H45-20H00 BOXE FRANÇAISE Isa-Thierry-Valou	18H30-20H00 KICK BOXING ADULTES Ibrahim	17H00-18H15 FULL CONTACT ADOS LOISIRS Ibrahim	17H15-18H30 BOXE ANGLAISE AMATEURS ET LOISIRS Amaury	18H00-20H00 AÏKIDO Guillaume	15H00-16H30 FULL CONTACT - KICK & K1 ADOS (+12 ANS)
20H00-21H30 BOXE ANGLAISE LOISIRS ET AMATEURS Philippe-Alain Jean	18H30-20H30 KRAV MAGA Rachid	17H45-18H45 BOXE FRANÇAISE ADOS Valou	18H30-20H00 KICK BOXING ADULTES Ibrahim	18H30-20H00 KMIX Lam	18H00-19H30 BOXE ANGLAISE AMATEURS ET LOISIRS Amaury
20H00-21H30 MUAY THAI Lam	20H00-21H30 BOXE ANGLAISE LOISIRS Ridouane	18H15-19H00 PILATES Isabelle	18H30-20H00 KRAV MAGA Rachid	20H00-21H30 BOXE ANGLAISE LOISIRS ET AMATEURS Philippe-Alain Jean	
		18H30-20H00 FULL CONTACT ADULTES Ibrahim	18H45-20H00 BOXE FRANÇAISE Isa-Baptiste	20H00-21H30 MUAY THAI Lam	
		18H30-20H00 AÏKIDO Guillaume	20H00-21H30 BOXE ANGLAISE LOISIRS Ridouane		
		19H00-19H45 CARDIOFIT Isabelle			
		20H00-21H30 BOXE ANGLAISE LOISIRS ET AMATEURS Philippe-Alain Jean			
		20H00-21H30 MUAY THAI Lam			