



Light Contact Full Contact Kick-Boxing K-1 Rules

## MARDI

## MERCREDI

## JEUDI

## VENDREDI

Salle de Boxe	Salle de Basket	Salle de Boxe	Salle de Boxe	Salle de Boxe	Salle de TDT	Salle de Boxe
	18h - 19h	18h - 19h	17h45 - 18h45	18:15 - 19:10	18:15 - 19:10	18h - 19:30
	<b>7/11 Ans</b> Débutants	<b>7/11 Ans</b> Avancés	<b>7/11 Ans</b> Avancés	<b>4/6 Ans</b> Débutants	<b>4/6 Ans</b> Avancés	<b>12/17 Ans</b> Avancés
	Mauro	Tom & Manu	Boris	Katia & Marion	Arnaud	Nico - Arnaud
40h 20:20	40k 20.20	401- 20:20	19h - 20:30	19:15 - 20:30		
19h - 20:30	19h - 20:30	19h - 20:30	Ados Adultes	Cardio Kick-Boxing		
Ados Adultes	Adultes	Ados Adultes	Avancés & Compétiteurs	(16 ans minimum)		Samedi
Avancés & Compétiteurs <b>Nico - Arnaud</b>	Débutants & Avancés <b>Jacky</b>	Avancés & Compétiteurs <b>Alex</b>	Emma & Nico	Emma & Arnaud		9h - 12h
	12/17 Ans	 7/11 Ans	20:30 - 21:30			Ados Adultes
	Débutants	Avancés	Cross Boxing			Avancés & Compétiteurs
	Mauro	Tom	Emma			Tom