

Full

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Matinée			9H00 - 10H00 PUNCH BOXING (Ben)			9H00 - 10H00 CARDIO BOXING (Eden)		
Midi								
Après-midi								
Soirée					15H00 - 16H00 TECHNIQUES DE BOXE (Ben)			
					16H00 - 17H00 CARDIO BOXING (Ben)			
								16H00 - 18H00 BOXE FEMININE "BOXE". (Marie & Myrieme)
		17H00 - 18H30 TECHNIQUES DE BOXE (Assane)	17H00 - 18H00 CARDIO BOXING (Myrieme)		17H00 - 18H00 TECHNIQUES DE BOXE (Rafa)	17H00 - 18H30 BOXE (Jose & Rafa) "Binome"		
		18H30 - 19H30 RING (Omar & Assane) "Binome"	18H00 - 19H00 BOXE FEMININE "CARDIO". (Myrieme)	18H30 - 19H30 RING (Farid & Bob) "Binome"	18H00 - 19H00 PUNCH BOXING (Ben)	19H30 - 21H00 RING H&F (Jose & Rafa) "Binome"		
			"Sous acceptation des coachs"		"Sous acceptation des coachs"			
ADHESION "FULL" cours par semaine	19	19H30 - 21H00 BOXE (Omar & Assane) "Binome"		19H30 - 21H00 BOXE (Farid & Bob) "Binome"		19H30 - 21H00 BOXE (Jose & Rafa) "Binome"		
		INSCRIPTION FULL 450€/an + 20€ avec licence FFB Tous niveaux						ADHESION "FULL" 19 cours par semaine
		COMPETITION	BOXE FEMININE	BOXE	CARDIO BOXING	PUNCH BOXING		
			RING		TECHNIQUES DE BOXE			