

Full

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