

Light

	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 - 18H00 BOXE FEMININE "CARDIO". (Myrieme)		17H00 - 18H00 CARDIO BOXING (Rafa)	17H00 - 18H30 BOXE (Jose & Rafa) "Binome"		16H00 - 18H00 BOXE FEMININE "BOXE". (Marie & Myrieme)
		18H00 - 19H00 CARDIO BOXING (Frédéric)		18H00 - 19H00 PUNCH BOXING (Ben)			
ADHESION "LIGHT" 10 cours par semaine	INSCRIPTION LIGHT 300€/an Tous niveaux					ADHESION "LIGHT" 10 cours par semaine	
	TECHNIQUES DE BOXE	BOXE FEMININE	BOXE	CARDIO BOXING	PUNCH BOXING		