


	Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Matinée		9H00 - 10H00 PUNCH BOXING (Ben)			9H00 - 10H00 CARDIO BOXING (Eden)		9H30 - 11H00 JUNIORS (Eden)
		10H30 - 12H00 HANDIBOXE (Autisme) (Thierry & Louïs) "Binome"			10H30 - 12H00 HANDIBOXE (Deficiences intellectuelles) (Thierry & Louïs) "Binome"		
		12H00 - 13H30 BOXE ADAPTEE (3 ème age & Handi invisible) (Thierry & Louïs) "Binome"			12H00 - 13H30 BOXE ADAPTEE (Pers. vieillissantes avec troubles cognitifs)(Thierry & Louïs) "Binome"		
Midi		13H30 - 15H00 HANDIBOXE (Autisme) (Thierry)		13H00 - 14H00 RESERVE COACHING			
Après-midi			13H30 - 17H00 TEAM BUILDING BOXE ou COACHING	14H00 - 15H00 RESERVE COACHING	13H30 - 15H00 TEAM BUILDING BOXE ou COACHING		
				15H00 - 16H00 TECHNIQUES DE BOXE (Ben)			
				16H00 - 17H00 PUNCH BOXING (Ben)			
Soirée	17H00 - 18H30 TECHNIQUES DE BOXE (Assane)	17H00 - 18H00 BOXE FEMININE "CARDIO". (Myrlema)	17H00 - 18H30 JUNIORS TECHNIQUE (Bob & Eden) "Binome"	17H00 - 18H00 CARDIO BOXING (Rafaël)	17H00 - 18H30 BOXE (Jose & Rafaël) "Binome"		16H30 - 18H00 BOXE FEMININE "BOXE". (Marie & Myrlema)
	18H30 - 19H30 RING (Omar & Assane) "Binome"	18H00 - 19H00 CARDIO BOXING (Frédéric)	18H30 - 19H30 RING (Farid & Bob) "Binome"	18H00 - 19H00 PUNCH BOXING (Ben)	18H30 - 19H30 RING (Jose & Rafaël) "Binome"		
	19H30 - 21H00 BOXE (Omar & Assane) "Binome"		19H30 - 21H00 BOXE (Farid & Bob) "Binome"		19H30 - 21H00 BOXE (Jose & Rafaël) "Binome"		
ADHESION "LIGHT" Uniquement, les cours avec cadre jaune: 10 par semaine	Quatres possibilités d'inscriptions : FULL - LIGHT - JUNIOR - BOXE ADAPTEE / HANDIBOXE					ADHESION "FULL" Vous pouvez faire tous les cours: 19 par semaine	
	RING	BOXE FEMININE	BOXE	JUNIORS	PUNCH BOXING		
		COACHING	HANDIBOXE	CARDIO BOXING			