


	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	
Matinée		9H00 - 10H00 PUNCH BOXING (Ben)			9H00 - 10H00 CARDIO BOXING (Marie)		9H30 - 11H00 JUNIORS & ADOS (Eden)	
		10H30 - 12H00 HANDIBOXE (Autisme) (Thierry & Louïs) "Binome"				10H30 - 12H00 HANDIBOXE (Deficiences intellectuelles) (Thierry & Louïs) "Binome"		
		12H00 - 13H30 HANDIBOXE (Alzheimer) (Thierry & Louïs) "Binome"				12H00 - 13H30 HANDIBOXE (Pers. vieillissantes avec troubles cognitifs) (Thierry & Louïs) "Binome"		
Midi				13H00 - 14H00				
Après-midi		13H30 - 15H00	13H30 - 17H00	14H00 - 15H00	13H30 - 15H00			
				15H00 - 16H00 TECHNIQUES DE BOXE (Ben)				
				16H00 - 17H00 PUNCH BOXING (Ben)				
Soirée	17H00 - 18H30 TECHNIQUES DE BOXE (Assane)	17H00 - 18H00 BOXE FEMININE "CARDIO". (Marie)	17H00 - 18H30 JUNIORS & ADOS - TECHNIQUE (Bob & Eden) "Binome"	17H00 - 18H00 CARDIO BOXING (Rafaël)	17H00 - 18H30 BOXE (Jose & Rafaël) "Binome"		16H30 - 18H00 COURS FEMININ "BOXE". (Marie & Eden)	
	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: 11 par semaine	Quatres possibilités d'inscriptions : FULL - LIGHT - JUNIORS & ADOS - HANDIBOXE					ADHESION "FULL" Vous pouvez faire tous les cours: 19 par semaine		
	RING	BOXE FEMININE COACHING PERSO	BOXE HANDIBOXE	JUNIORS CARDIO BOXING	PUNCH BOXING			