

Horaire des cours spécialisés

	Lundi	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
7:00					Kick-B		
8:00					Kick-B		
9:00			Boxe		Kick-B	Boxe	
10:00			Boxe			Boxe	
11:00	Kick-B		Boxe	Boxe	Kick-B	Boxe	
12:00	Kick-B		Boxe	Boxe	Kick-B	Boxe	
13:00	Kick-B	Cross-T	Boxe	Boxe	Kick-B	Cross-T	
14:00	Kick-B	Cross-T	14:30 Boxe	14:30 Boxe	Kick-B	Cross-T	
15:00		Cross-T			Kick-B	Cross-T	
16:00	Kick-B	Cross-T		Cross-T		Cross-T	
17:00	Kick-B	Cross-T		Cross-T		Cross-T	Boxe
18:00	Kick-B	Cross-T		Cross-T		Cross-T	Boxe
19:00	Kick-B	Cross-T		Cross-T		Cross-T	Boxe
20:00	Kick-B					Cross-T	20:30 Boxe
21:00						Cross-T	

Cross-T = cross-training • Boxe= boxe • Kick-B = kick boxing