

HORAIRE BOXING SHAOLIN SAISON 2017 / 2018

Jours / Heures	16 – 17h	17 – 18h	18 – 19h	19 – 20h	20 – 21h
LUNDI			CROSS FIT Confirmés Les 5 Disciplines	KICKBOXING (1) FULL CONTACT Tous niveaux	CARDIO TRAINING Combats Les 5 disciplines
MARDI			MMA (5) A partir de 13 ans Tous niveaux	BOXE THAÏ (4) A partir de 13 ans Tous niveaux	
MERCREDI	TRIGROUX 4/5 ans 2012-2013	ENFANTS 6/7 ans : Pupilles 8/9 ans : Poussins	ADOLESCENTS 10/11 ans : Benjamins 12/13 ans : Minimes	KICKBOXING Compétiteurs Tactico-technique	KICKBOXING(2) LOW KICK Débutants et Confirmés
JEUDI			BOXE THAÏ (4) A partir de 13 ans Tous niveaux	MMA (5) A partir de 13 ans Tous niveaux	
VENDREDI		ENFANTS 6/7 ans : Pupilles 8/9 ans : Poussins	ADOLESCENTS 10/11 ans : Benjamins 12/13 ans : Minimes	KICKBOXING (3) K1 RULES Tous niveaux	CARDIO TRAINING Combats Les 5 disciplines
SAMEDI	TRIGROUX 4/5 ans 2012-2013	COMPÉTITIONS Enfants + ados Poussins – Minimes - Benjamins	COMPÉTITIONS Cadets + juniors Seniors + vétérans		