LUNDI
10H - 21H30

Salle du 31	Dojo Bleu	Dojo Rouge	Dojo Phoenix	Salle Drapeaux
YOGA 13 ET + 18H30 19H30		SDEF FEMININE 13 ET + 18H45 20H00		BOXE THAI TN 18H45 20H00
		KRAV MAGA TN 13 ET + 20H15 21H30		BOXE ANGLAISE TN 20H15 21H30

FERMETURE A 21H30

MARDI
10H - 20H15

Salle du 31	Dojo Bleu	Dojo Rouge	Dojo Phoenix	Salle Drapeaux
	KICK BOXING TN 18H30 19H45	TAEKWONDO Nés 2013 et avant 18H30 19H45	MMA TN 14 et + 18H30 19H45	TAEKWONDO Nés 2013 et avant 18H30 19H45

FERMETURE A 20H15

MERCREDI
14H - 21H30

Salle du 31	Dojo Bleu	Dojo Rouge	Dojo Phoenix	Salle Drapeaux
				TAEKWONDO Nés 2018 2019 14H30-15H30
				TAEKWONDO Nés entre 2017 et 2014 15H30-16H30
		KRAV MAGA 8/12 16H30-17H30		
		KARATE 6/12 TN 17H30-18H30	KARATE 6/12 TN 17H30-18H30	BOXE EDUCATIVE 8/12 17H30-18H30
	KRAV MAGA D et IC 13 ET + 18H45 20H00	BOXE ANGLAISE TN 18H45 20H00		FIT BOXING 13 ET + 18H45 20H00
	Cours Technique TAEKWONDO 13 ET + 20H15 21H30			BOXE THAI TN 20H15 21H30

FERMETURE A 21H30

JEUDI
10H - 20H15

Salle du 31	Dojo Bleu	Dojo Rouge	Dojo Phoenix	Salle Drapeaux
Pilates 13 ET + 18H00 19H00				
Pilates 13 ET + 19H00 20H00		Cours Prépa Phys compétiteurs 18h30 19H45		KICK BOXING TN 18H30 19H45
			MMA TN 14 et + 20H00 21H30	

FERMETURE A 20H15

SAMEDI
09H30 - 12H30

Salle du 31	Dojo Bleu	Dojo Rouge	Dojo Phoenix	Salle Drapeaux	Service GRATUIT
KRAV MAGA TN 10H00-11H15	TAEKWONDO Nés 2018 2019 10H-11H	BABY TAEKWONDO Nés 2021 à 2022 10H-10H45	BABY TAEKWONDO Nés 2020 10H-10H45	TAEKWONDO Nés entre 2017 et 2014 10H-11h00	
FIT BOXING 13 ET + 11H15 12H30				TAEKWONDO Nés 2013 et avant 11H15 12H30	GARDERIE ENFANTS 11H00 12H30

PLANNING 2024/2025 de septembre à juin (34 semaines)
Hors Vacances Scolaires