

PLANNING HEBDOMADAIRE PROVISOIRE 2017-2018

HORAIRES	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
10H00-12H30						CARDIO BOXE Brice & Mélina	PREVENTION VIOLENCES FAITES AUX FEMMES Arnaud & Fabien*
12H30-13H30		CIRCUIT TRAINING CROSS TRAINING Damien	CIRCUIT TRAINING CROSS TRAINING Damien	CIRCUIT TRAINING CROSS TRAINING Damien			* 1 dimanche par mois
13H30-17H30							
17H30-18H00					ECOLE DE BOXE 6-9 ans Giovanni		
18H00-19H00	CIRCUIT TRAINING CROSS TRAINING Damien	CIRCUIT TRAINING CROSS TRAINING Damien	CIRCUIT TRAINING CROSS TRAINING Damien	CIRCUIT TRAINING CROSS TRAINING Clément	ECOLE DE BOXE 10-14 ans Giovanni		
19H00-20H00	BOXE TOUS NIVEAUX ADULTES & ADOS Damien	CIRCUIT TRAINING CROSS TRAINING Alain	BOXE CONFIRMÉS ADULTES & ADOS Damien	BOXE TONIC Maxime 1 DEFENSE Alain 2	BOXE TOUS NIVEAUX ADULTES & ADOS Giovanni & Brice		
20H00-21H00	CIRCUIT TRAINING CROSS TRAINING Clément	BOXE TONIC Maxime	CROSS TRAINING HANDI***	CIRCUIT TRAINING CROSS TRAINING Clément			
21H00-22H00			*** en projet pour septembre 2017	1 en simultané Avec 2			