

PROGRAMME DE COURS 2019/2020

JUDO

KARATÉ

JU JITSU

YOGA

PRÉPARATION PHYSIQUE

QI GONG

KICKBOXING

PILATES

SELF DEFENSE

MMA

LUNDI

EVEIL ARTS MARTIAUX

16h15-17h00
4 à 6 ans
Diego

KARATÉ – BLANC/JAUNE/DÉBUTANT

18h00-19h00
dès 6 ans
Jean-Daniel

MARDI

KICKBOXING – KIDS

18h00-19h00
dès 6 ans
Jean-Daniel

KICKBOXING

19h00-20h00
Adultes
Jean-Daniel

MERCREDI

EVEIL ARTS MARTIAUX

13h15-14h00
4 à 6 ans
Diego

KARATÉ – TOUS LES NIVEAUX

20h00-21h00
Adultes
Jean-Daniel

VENDREDI

EVEIL ARTS MARTIAUX

16h15-17h00
5 à 8 ans
Diego

SAMEDI

EVEIL ARTS MARTIAUX

9h30-10h15
5 à 8 ans
Florent

Le programme est susceptible d'être modifié. Merci de nous contacter pour confirmation.