

BABY KARATE 4 - 5 ans

Mercredi 10h00 - 11h00  
 15h30 - 16h30  
 Jeudi 17h00 - 18h00

COMPETITEURS

Mardi 18h00 - 19h00 (*contact*)  
 Mercredi 17h30 - 18h30  
 Vendredi 18h00 - 19h00 (*kata*)  
 Samedi 13h30 - 15h00

KARATE 6 - 8 ans

Lundi 18h00 - 19h00 (*kata*)  
 Mercredi 11h00 - 12h00  
 13h30 - 14h30  
 Vendredi 17h00 - 18h00  
 Samedi 10h00 - 11h00 (*6-9 ans*)

BOXE FULL CONTACT

Lundi 19h00 - 20h00  
 Mardi 18h00 - 19h00  
 Jeudi 18h00 - 19h00

KARATE 8 - 15 ans

Lundi 18h00 - 19h00  
 Mercredi 14h30 - 15h30 (*jusqu'à orange*)  
 16h30 - 17h30 (*verte et +*)  
 Vendredi 18h00 - 19h00  
 Samedi 11h00 - 12h00 (*10-15 ans*)

MMA 12 - 16 ans

Mercredi 18h30 - 19h30