


PLANNING ADULTES - SAISON 2022/2023

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
12H30	JJB / MMA				JJB / MMA
13H30					
18H30	JUDO / LUTTE (MMA)				
20H00					
18H30	KICK BOXING 19h00-20h30	JJB Ne Waza	18H30 - 19H45 : KICK BOXING / MMA	JJB Ne Waza	MMA
20H30			19H45 - 20H30 : MMA		

LICENCES : JUDO FFJDA / MMA FMMAF / JJB CFJJB / BOXE FFKMDA

ACCES LIBRE MUSCULATION PENDANT HEURES OUVERTURE

Pack IKIGAI : accès illimité lundi au dimanche de 8h00 à 21h00

COACHING PRIVÉ : Lundi au Vendredi sur réservation