

Planning horaires 2026-2027

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI*	DIMANCHE*
9h						9h00 - 10h00 (1h) GRAPPLING*	
10h						10h00 - 11h00 (1h) OPEN-MAT* Combats : K1, MMA, No GI	10h30 - 11h30 (1h) CAGE FIGHT* <i>FitnessPark (Migné)</i>
12h					12h30 - 13h30 (1h) SELF-DÉFENSE		
14h			14h00 - 15h00 (1h) MMA <i>Educatif 10-12 ans</i>				
18h							
Soirée	20h15 - 21h45 (1h30) MMA		19h30 - 21h00 (1h30) MMA	20h30 - 22h00 (1h30) KICK-BOXING Boxe / Kick boxing / Thaï			

Inscris-toi



*Voir le calendrier des DATES