

Cruzilles-lès-Mépillat					
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Salle Polyvalente	Salle des fêtes	Salle Polyvalente	Salle Polyvalente		
18H00 - 19H00 KICK BOXING ADOS COACH : PIERRE		18H00 - 19H00 KICK BOXING ENFANT COACH : PIERRE	18H45- 19H30 CIRCUIT TRAINING COACH : CINDY		
19H00 - 20H00 CIRCUIT TRAINING COACH : CINDY	18H00 - 19H00 BOXE ANGLAISE ENFANT (6-13) COACH : MATTHIEU	19H00 - 20H00 CARDIOBOXING COACH : CINDY	19H30 - 20H30 KICK BOXING 100% FEMININ COACH : CINDY		
20H00 - 21H30 KICK BOXING ADULTES TOUT NIVEAUX COACH : PIERRE	19H00 - 20H30 BOXE ANGLAISE COACH : MATTHEIU	20H00 - 21H30 SESSION SPARRING ADOS & ADULTES COACH : PIERRE	20H30 - 22H00 KICK BOXING ADULTES CONFIRME/ COMPETITEURS COACH : PIERRE		

Centre Sportif du Renon - Vonnas					
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
DOJO	Salle de lutte				
	18H00 - 19H00 Muay-Thai ENFANTS COACH : PIERRE				
	19H00 - 20H00 Muay-Thai ADOS COACH : PIERRE				
	20H00 - 21H30 Muay-Thai ADULTES COACH : PIERRE				

Saint-Jean-sur-Veyle - DOJO de l'Escale					
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
					10H00 - 11H00 BABY KICK COACH : EVAN
		14H30 - 15H30 Muay-Thai ENFANTS COACH : PIERRE		17H30 - 18H30 KICK BOXING ENFANTS COACH : PIERRE	
		15H30 - 16H30 Muay-Thai ADOS COACH : PIERRE		18H30 - 19H30 KICK BOXING ADOS COACH : PIERRE	
				19H30 - 20H30 SEANCE PAO COACH : PIERRE	