

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIM
BJJ No Gi - Adulte - (+ de 15 ans) 09:00 - 10:00	BJJ Gi - Adulte - (+ de 15 ans) 09:00 - 10:00	BJJ Gi - Adulte - (+ de 15 ans) 09:00 - 10:00	BJJ Gi - Adulte - (+ de 15 ans) 09:00 - 10:00	BJJ No Gi - Adulte - (+ de 15 ans) 09:00 - 10:00	Kickboxing - Jeune Enfant - (5-7 ans) 09:00 - 09:45	
					Kickboxing - Enfant - (8-11 ans) 10:00 - 10:45	
					BJJ Gi - Adulte - (+ de 15 ans) 11:00 - 12:00	
MMA Debout & Takedowns - Adulte - (+ de 15 ans) 12:00 - 13:00	MMA Grappling + G&P - Adulte - (+ de 15 ans) 12:00 - 13:00	MMA Debout & Takedowns - Adulte - (+ de 15 ans) 12:00 - 13:00	MMA Grappling + G&P - Adulte - (+ de 15 ans) 12:00 - 13:00	MMA Debout & Takedowns - Adulte - (+ de 15 ans) 12:00 - 13:00	MMA Debout & Sparring - Adulte - (+ de 15 ans) 12:00 - 13:00	

HORAIRE



BJJ - Jeune Enfant - (5-7 ans) 17:15 - 18:00	BJJ - Jeune Enfant - (5-7 ans) 17:15 - 18:00	BJJ - Jeune Enfant - (5-7 ans) 17:15 - 18:00	BJJ - Jeune Enfant - (5-7 ans) 17:15 - 18:00	Striking - Adulte - (+ de 15 ans) 17:30 - 18:30
BJJ Gi - Enfant - (8-11 ans) et BJJ Gi Ado - (12-15 ans) 18:00 - 19:00	BJJ No Gi - Enfant - (8-11 ans) et Striking - Adulte - (+ de 15 ans) 18:00 - 19:00	BJJ Gi - Enfant - (8-11 ans) et BJJ No Gi Ado - (12-15 ans) 18:00 - 19:00	BJJ Gi (Femme) - Adulte - (+ de 15 ans) et BJJ No Gi - Enfant - (8-11 ans) 18:00 - 19:00	BJJ Gi - Enfant / Ado - (5-15 ans) - Cours compétition 18:00 - 19:00
BJJ Gi - Adulte - (+ de 15 ans) - Fondament 19:00 - 20:15	BJJ No Gi - Adulte - (+ de 15 ans) - Fondament 19:00 - 20:15	BJJ Gi - Adulte - (+ de 15 ans) - Avancé 19:00 - 20:15	BJJ No Gi - Adulte - (+ de 15 ans) - Avancé 19:00 - 20:15	BJJ Gi - Adulte - (+ de 15 ans) - Cours compétition 19:00 - 20:15

TRIANGLE-NATION.COM