

Lundi	9h - 9h50 Motri'Baby 0-3 ans						17h - 18h Krav Maga Enfants 8-11 ans			
	9h - 10h Krav'Madame Adultes								19h - 20h30 Boxe Thaï Adultes	
Mardi	8h40 - 9h30 Motri'Baby Nounous 0-3 ans	9h45 - 11h45 Nettoyage						18h - 19h Kung-Fu Enfants 5-10 ans	19h - 20h30 Kung-Fu Adultes	20h30 - 21h30 Qi-Gong Adultes
							18h - 19h Krav Maga Ado 11-16 ans	19h - 20h Krav Maga Ado 11-16 ans	20h15 - 21h30 Krav Maga Adultes débutant	
Mer.	8h45 - 9h30 Karaté Panda 3-4 ans	9h30 - 10h15 Karaté Panda 4-5 ans	10h30 - 11h20 Motri'Baby 0-3 ans	13h45 - 14h45 Motricité & Jeux Collectifs 3-4 ans			17h - 18h Karate Enfants 6-8 ans	18h - 19h Karate Enfants/Ados 9-13 ans	19h - 20h15 Karate Adultes	
						16h - 17h Krav Maga Enfants 8-11 ans	18h - 19h Karate Kata Sup (Bleue minimum)		20h15 - 21h30 Krav Maga Adultes	
Jeudi	8h - 10h30 Nettoyage		10h30 - 11h30 Scolaires Métabief						19h - 20h30 Boxe Thaï Adultes	
Ven.	8h40 - 9h30 Motri'Baby Crèches 0-3 ans						17h - 18h Karate Enfants 6-8 ans	18h - 19h Karate Enfants/Ados 9-13 ans	19h - 20h15 Karate Adultes	
	9h - 10h Krav'Madame Adultes							18h00 - 19h00 Krav Maga ado 11-16 ans		20h15 - 21h30 Krav Maga Adultes
Sam.	9h - 10h15 Yoga									
Dim.			11h - 12h Cross-Training Réservé aux adhérents							
	9h - 12h Entraînement libre							17h - 19h Nettoyage		