

Détail des cours de SMA Adultes

Lundi	19h30 à 21h00	Close-combat
Mardi	20h30 à 22h00	Self-défense
Mercredi	19h30 à 21h00	Multi-Boxes
Jeudi	20h30 à 22h00	Self-défense
Vendredi	20h00 à 22h00	cours à thèmes

Détail des cours KRAV MAGA

Mardi salle de Monge avec Benjamin et Adrien

- 18h30/19h30: débutant
- 19h30/20h30: ancien
- 20h30/21h30: intermédiaire

Mercredi salle de Babylone Boxe Anglaise avec Helder et Rudy

- 18h30/19h30: débutant
- 19h30/20h30: intermédiaire
- 20h30/21h30: ancien

Jeudi salle de Monge avec Isabelle et Solène

- 18h30/20h: Self défense Féminine COURS SPÉCIFIQUE ET RÉSERVÉ AUX FEMMES
- 20h/21h30: Cours libre intermédiaire-ancien

Vendredi salle de Babylone avec Paul, Tony Soler ou Loic Jardot

- 18h30/20h: débutant
- 20h/21h30: intermédiaire

Samedi salle de Babylone avec Jimmy et Karim Sidibou

- 10h/11h30: Sol tous niveaux COURS SPÉCIFIQUE SOL
- 11h30/13h: Ceinture noire et +