

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
MMA 17H00 - 19H00	MMA 17H00 - 19H00	MMA 17H00 - 19H00	MMA 17H00 - 19H00	COMpetition	COMpetition
Thaï Enfant 6 à 12 ans 17H30 - 18H30					
Thaï Adulte Loisir +18ans (Technique) 19H - 20H30	Spécial Lady 19H - 20H30	Thaï Adulte Loisir +18ans (Cardio) 19H - 20H30	Thaï Ados Loisir 12 à 18 ans 19H - 20H30		
	Anglaise Ado et adulte 19H - 20H30				
JJB / Grappling 19H - 20H30	Thaï Ado 12 à 18 ans 19H - 20H30	JJB / Grappling 19H - 20H30	Anglaise Libre 19H - 20H30		
Thaï Compétiteur	Thaï Compétiteur	Thaï Compétiteur	Thaï Compétiteur		