

# PLANNING D'ÉTÉ

## JUILLET - AOÛT 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>BOXE ANGLAISE</b> 12h30 - 13h30	<b>BOXE THAI</b> 12h30 - 13h30	<b>GRAPPLING</b> 12h30 - 13h30		<b>GRAPPLING (COMPÉTITEURS)</b> 12h30 - 13h30	<b>OPEN MAT JJB</b> 12h00 - 13h45	<b>KARATÉ SHOTOKAN</b> 11h00 - 12h15
<b>MMA</b> 12h30 - 13h30		<b>KICK BOXING</b> 12h30 - 13h30		<b>KICK BOXING</b> 12h30 - 13h30	<b>BOXE ANGLAISE</b> 12h00 - 13h30	<b>KRAV MAGA</b> 11h00 - 12h00
<b>BOXE THAI</b> 18h00 - 19h15	<b>BOXE ANGLAISE</b> 18h00 - 19h00		<b>KICK BOXING</b> 18h00 - 19h00	<b>BOXE THAI</b> 17h30 - 18h45	<b>CAPOEIRA</b> 14h30 - 15h45	<b>BOXE THAI</b> 12h15 - 13h30
<b>KRAV MAGA</b> 19h00 - 20h00	<b>JIU-JITSU BRÉSILIEN</b> 19h00 - 20h30	<b>KARATÉ SHOTOKAN</b> 19h00 - 20h15	<b>BOXE ANGLAISE</b> 18h00 - 19h15	<b>BOXE ANGLAISE</b> 18h00 - 19h15		<b>GRAPPLING</b> 12h30 - 13h30
<b>KYOKUSHIN KARATÉ</b> 19h15 - 20h45	<b>MMA</b> 19h15 - 20h30	<b>KRAV MAGA</b> 19h00 - 20h15	<b>JIU-JITSU BRÉSILIEN</b> 19h30 - 21h30	<b>MMA</b> 19h15 - 20h30		
<b>CAPOEIRA</b> 20h15 - 21h30	<b>PENCHAK SILAT</b> 20h30 - 22h00	<b>KYOKUSHIN KARATÉ</b> 20h15 - 21h45	<b>PENCHAK SILAT</b> 20h00 - 21h30	<b>TOLPAR</b> 19h30 - 20h45		

