

HORAIRE

Boxe Évolution



Groupe A: boxeur débutant / 0-12 mois d'expérience.

Groupe B: Intermédiaire / doit obtenir l'approbation de l'entraîneur pour y assister.

Peut varier d'un athlète à l'autre, à la discrétion des entraîneurs

Une approbation de l'entraîneur est requise pour assister aux cours de Fight team et de sparring

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
12h à 13h: Boxe tout niveau	12h à 13h: BOXE-FIT (MIXTES)	12h à 13h: Boxe tout niveau	12h à 13h: BOXE-FIT (MIXTES)	12h à 13h: Boxe tout niveau	
Soirée 16h45 à 17h30 Boxe 7 à 11 ans 17h30 à 18h30: Boxe 12 à 17 ans <u>Groupe B</u> 18h30 à 19h30: Boxe débutant/intermédiaire 19h30 à 21h: Fight team	Soirée 17h à 18h: Boxe tout niveau 18h à 19h Boxe 12 à 17 ans, <u>Groupe A</u> 19h à 20h: BOXE-FIT (FEMMES)	Soirée 16h45 à 17h30 Boxe 7 à 11 ans 17h30 à 18h30: Boxe 12 à 17 ans <u>Groupe B</u> 18h30 à 19h30: Boxe débutant/intermédiaire 19h30 à 21h: Fight team	Soirée 16h30 à 18h30 Fight team Sparring technique 18h30 à 19h30 Boxe 12 à 17 ans <u>Groupe A</u> 19h30 à 20h30: Boxe débutant / intermédiaire		10h à 11h: Boxe 12 à 17 ans <u>Groupe A et B</u> + intro au sparring 11h à 12h: Boxe débutant/intermédiaire + intro au sparring 12h à 14h: Fight team + Sparring