

PLANNING DES DISCIPLINES

ACTIVITÉS	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Boxe française enfants			17h20-18h20 salle des sports de Rousies		17h20-18h20 Dojo de la salle des sports de Rousies		
Boxe française ado/adultes			18h30-20h salle des sports de Rousies		20h30-22h salle Jean de Forêt à Maubeuge	à partir de 14h salle Jean de Forêt Maubeuge (routine individuelle)	
Boxe française confirmés/ combat	18h30-20h salle des sports de Rousies					à partir de 14h salle Jean de Forêt Maubeuge (routine)	
Escrime			17h30-19h salle des sport de Rousies		20h30 -22H salle Jean de Forêt Maubeuge	14h-16h salle Jean de Forêt Maubeuge	
Escrime médiévale						16h-18h salle Jean de Forêt Maubeuge	
Canne de combat			18h30 -20h salle des sports de Rousies			14h-16h salle Jean de Forêt Maubeuge	
Défense			18h30-20h salle des sports de Rousies			16h-18h salle Jean de Forêt Maubeuge	
Préparation Physique			18h-20h salle des sports de Rousies		20h30-22h salle Jean de Forêt Maubeuge	16h-18h salle Jean de Forêt Maubeuge	

