

FIGHT PARK

PLANNING COURS COACHÉS

FITNESS PARK VILLENEUVE D'ASCQ

<i>LUNDI</i>	<i>MARDI</i>	<i>MERCREDI</i>	<i>JEUDI</i>	<i>VENDREDI</i>
12h30 à 13h30	12h30 à 13h30		12h30 à 13h30	12h30 à 13h30
BOXING CARDIO (ELMIO)	BOXING CARDIO (TANGUY)		BOXING CARDIO (ELMIO)	BOXE (TANGUY)
18h45 à 19h45	18h45 à 19h45	18h45 à 19h45	18h45 à 19h45	18h00 à 19h00
BOXE/SPARRING TOUS NIVEAUX (TANGUY)	BOXE (MOHAMMED)	BOXE (MOHAMMED)	BOXE TOUT NIVEAU (MOHAMED)	BOXE/SPARRING (MOHAMMED)
19h45 à 20h45	19h45 à 20h45	19h45 à 20h45	19h45 à 20h45	19h00 à 20h00
PRÉPARATION PHYSIQUE BOXE (TANGUY)	BOXE (MOHAMMED)	BOXE (MOHAMMED)	BOXE/SPARRING TOUS NIVEAUX (MOHAMED)	BOXE/SPARRING (MOHAMMED)