

# ANICHE ARTS MARTIAUX ACADEMIE

## PLANNING DES COURS

Heure de cours*	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI		Heure de cours*
9H30 10H00							9H30 10H00
10H00 10H30					LIGHT CONTACT MUAY THAI ENFANTS <b>WARTEL</b>		10H00 10H30
10H30 11H00						BABY KARATE <b>DOJO</b>	10H30 11H00
11H00 11H15					FULL KICK MUAY THAI ADULTES <b>WARTEL</b>		11H00 11H15
11H15 12H00						PREPA COMPETITION <b>DOJO</b>	11H15 12H00
12H00 12H30							12H00 12H30
PAUSE							PAUSE
16H30 17H30						BODY KARATE <b>DOJO</b>	16H30 17H30
17H30 18H00			ZUMBA KIDS <b>WARTEL</b>				17H30 18H00
18H00 18H30							18H00 18H30
18H30 19H30		LIGHT CONTACT MUAY THAI ENFANTS <b>WARTEL</b>	ZUMBA <b>WARTEL</b>	KARATE DO ENFANTS <b>DOJO</b>			18H30 19H30
19H30 19H45	PREPA MUAY THAI SUR CONVOCATION <b>DOJO</b>	FULL KICK MUAY THAI ADULTES <b>WARTEL</b>	KARATE DO ADULTES <b>DOJO</b>	STRONG <b>DOJO</b>			19H30 19H45
19H45 20H30							19H45 20H30
20H30 20H45							20H30 20H45
20H45 21H00							20H45 21H00

\*heures de début de cours, merci d'arriver quelques minutes avant pour se changer