



HORAIRE DES COURS

ZONE BOXE

Session Automne 2022
du 12 septembre au 18 Décembre 2022

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
OPEN GYM <i>Membres Santé 2000</i> 5h00 à 13h30	OPEN GYM <i>Membres Santé 2000</i> 5h00 à 12h00	OPEN GYM <i>Membres Santé 2000</i> 5h00 à 13h30	OPEN GYM <i>Membres Santé 2000</i> 5h00 à 12h00	OPEN GYM <i>Membres Santé 2000</i> 5h00 à 12h00	BOXE INITIATION (pour tous) Alexis 8H00	OPEN GYM <i>Membres Santé 2000</i> 8H00 à 9h00
			BOXE OLYMPIQUE J.-François 12h00		BOXE INITIATION (pour tous) Alexis 10H00	MINI-NINJAS (8-9 ans) 9h00 Débute 9 octobre
BOXE SPORT-ÉTUDE RÉGIONAL J.-François 13h30 à 16h30	BOXE SPORT-ÉTUDE RÉGIONAL J.-François 13h30 à 16h30	BOXE SPORT-ÉTUDE RÉGIONAL J.-François 13h30 à 16h30	BOXE SPORT-ÉTUDE RÉGIONAL J.-François 13h30 à 16h30	BOXE SPORT-ÉTUDE RÉGIONAL J.-François 13h30 à 16h30	BOXE PARENT-ENFANT (8 ans et +) 11h00	MINI-NINJAS (10-11 ans) 10h00 Débute 9 octobre
BOXE LOCAL J.-François 14h45-16h00	BOXE LOCAL J.-François 14h45-16h00	BOXE LOCAL J.-François 14h45-16h00	BOXE LOCAL J.-François 14h45-16h00	BOXE LOCAL J.-François 14h45-16h00		OPEN GYM <i>Membres Santé 2000</i> 12H00 à 18h00
BOXE COMPÉTITIF Sébastien 16h30	BOXE RELEVÉ (8 à 12 ans) J.-François 17h00	BOXE COMPÉTITIF Sébastien 16h30	BOXE OLYMPIQUE J.-François 17h00	BOXE COMPÉTITIF Sébastien 16h30		
BOXE OLYMPIQUE Alexandre 17h30	BOXE OLYMPIQUE J.-François 18h00	BOXE OLYMPIQUE Keven 17h30	BOXE OLYMPIQUE J.-François 18h00		OPEN GYM <i>Membres Santé 2000</i> 13H00 à 19h30	
BOXE OLYMPIQUE Keven 18h30	BOXE OLYMPIQUE J.-François 19h00	BOXE OLYMPIQUE Keven 18h30	BOXE OLYMPIQUE J.-François 19h00			
BOXE OLYMPIQUE Keven 19h30		BOXE OLYMPIQUE Kevena 19h30				