

PLANNING ASSOCIATION HUANG DI saison 2018 / 2019

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
10h00-11h00 Shoubo-Training (uniquement pour les femmes)	18h00-19h15 Wing-Chun Penchat-Silat Arnis (Kali-escrima)	Enfant à partir de 6 ans Kung-fu / Taekwondo 15h15-16h15 Boxe Thaï / Sanda Kick-Boxing	18h00-19h15 Cascade "PARKOUR"	10h00-11h00 Shoubo-Training (uniquement pour les femmes)
12h30-13h30 Shoubo-Training Boxe-Thaï MMA	19h15-20h30 Krav-Maga Close Combat		18h00-19h15 TAEKWONDO COMBAT	12h30-13h30 Boxe Thaï / Kick-Boxing et Sanda
17h45-19h00 Kung-Fu	20h30-21h45 MMA/Grappling SAMBO	19h00-20h00 Shoubo-Training (uniquement pour les femmes)	18h00-19h15 MMA/Grappling SAMBO	18h00-19h15 Kung-Fu
19h15-20h15 Shoubo-Training (uniquement pour les femmes)	20h30-21h45 Boxe Thaï Kick-Boxing	20h00-21h15 TAEKWONDO (MMA) Prépa-Physique	19h15-20h30 Boxe Thaï Kick-Boxing	19h15-20h30 Krav-Maga Close Combat
20h30-21h45 Boxe Thaï Kick-Boxing Sanda		20h15-21h30 MMA Grappling SAMBO	20h30-21h45 Boxe Thaï / Kick-Boxing et Sanda	19h15-20h30 Wing-Chun Penchat-Silat Kali-Escrima

Rouen

Maison de quartier Cavelier de la Salle au 1 rue Forfait, 76100

Rouen

Gymnase Nelson Mandela à « l'espace numéro 1 » au 5 rue des murs de st-yon 76100, du côté du boulevard de l'europe

Rouen

Centre Sportif des Cotonniers (salle de Karaté à l'étage) place Henri Gadeau de Kerville (en face de FR3 sortie de métro côté

Rouen

Gymnase Boieldieu au 198 rue Albert Dupuis 76000

é st-sever)