

Jour	Heure	Salle de boxe (Ring)	Salle d'escrime	La plaine de Grand-camp ou esplanade Paul chonchon
Lundi	8h - 9h30	cours de boxe adulte / jeune		
	9h30 - 12h			
	12h - 14h	Pause méridienne		
	14h - 21h30h			
Mardi	8h - 9h00			
	9h00 - 10h00		initiation / découverte tennis	
	10h00 - 12h			
	12h - 14h	Pause méridienne		
	14h - 17h			
	17h - 18h			cours collectif renfo fitness adulte
	18h - 19h			cours collectif renfo fitness adulte
	19h - 21h30			
Mercredi	7h - 12h			
	12h - 14h	Pause méridienne		
	14 h - 15h	cours de boxe enfant / jeune	cours collectifs escrime	
	15h - 16h	cours de boxe enfant / jeune	cours collectifs escrime	
	16h - 21h30			
Jeudi	8h - 9h30	cours de boxe adulte / jeune		
	9h30 - 12h			
	12h - 14h	Pause méridienne		
	14h - 15h30		initiation / découverte tennis	
	15h30 - 21h30			
Vendredi	8h - 9h30	cours de boxe adulte / jeune		
	9h30 - 12h			
	12h-14h	Pause méridienne		
	14h - 16h00			
	16h00 - 18h00			cours collectif renfo adulte
	17h00-18h00			cours collectif renfo adulte
	18h - 21h30			
Samedi	7h - 9h			
	9h - 10h		cours collectifs escrime	
	10h - 12h			
	12h - 14h	Pause méridienne		
	14h - 15h		cours collectifs escrime	
	15h - 16h		cours collectifs escrime	
	16h - 21h30			
Dimanche	8h - 21h30			

Jour	Heure	Court de tennis n°1 Martial Anaïs	Court de tennis n°2	Court de padel
Lundi	7h00 - 9h00	cours individuel adulte	Jeu libre (réservation) ou école	Jeu libre (réservation) ou école
	9h00 - 12h00		Jeu libre (réservation) ou école	
	12h00 - 14h00		Jeu libre (réservation)	
	14h00 - 17h00		Jeu libre (réservation) ou école	
	17h00 - 18h30	cours collectif perfectionnement adulte		
	18h30 - 20h00	Entraînement collectif adulte		
	20h-21h30	Adhérent libre		
Mardi	7h00 - 9h00	cours individuel adulte	Jeu libre (réservation) ou école	Jeu libre (réservation) ou école
	9h00 - 12h00		Jeu libre (réservation) ou école	
	12h00 - 14h00		Jeu libre (réservation)	
	14h00 - 16h00	Projet soyons sport (école)		
	16h00 - 17h30	cours collectif initiation /découverte adulte		
	17h30 - 18h00	cours collectif APA adulte	Jeu libre	cours collectif initiation /découverte adulte
	18h00 - 19h30	cours collectif perfectionnement adulte		
	19h30 - 21h00	Entraînement collectif adulte		
Mercredi	7h00 - 9h00	Jeu libre (réservation)	cours individuel adulte	Jeu libre (réservation)
	9h00 - 12h00		Jeu libre (réservation)	
	12h00 - 14h00		Jeu libre (réservation)	
	14h00 - 14h45	cours collectifs initiation / découverte enfants		
	14h45 -16h00	cours collectifs perfectionnement enfants	cours collectif initiation / découverte jeune	cours collectif initiation / découverte jeune
	16h00 - 16h30	cours collectifs enfants	cours collectif initiation / découverte jeune	cours collectif initiation / découverte jeune
	16h30 - 18h00	Entraînement collectif jeune		
	18h00 - 19h00	Adhérent libre	cours individuel adulte	Adhérent libre
	19h00 - 21h30	Adhérent libre		
Jeudi	7h00 - 9h00	Jeu libre (réservation) ou école	cours individuel adulte	Jeu libre (réservation) ou école
	9h00 - 10h00	Projet soyons sport (école)		
	9h00 - 12h00		Jeu libre (réservation) ou école	
	12h00 - 14h00		Jeu libre (réservation)	
	14h00 - 16h00	Projet soyons sport (école)		
	16h00 - 17h30	cours collectif initiation /découverte adulte		
	17h30 - 18h00	cours collectif APA adulte	Jeu libre	cours collectif initiation /découverte adulte
	18h00 - 19h30	cours collectif perfectionnement adulte		
	19h30 - 21h00	Entraînement collectif adulte		
Vendredi	7h00 - 12h00		Jeu libre (réservation) ou école	
	12h00 - 14h00		Jeu libre (réservation)	
	14h00 - 17h00		Jeu libre (réservation) ou école	
	17h00 - 18h30	cours collectif perfectionnement adulte		
	18h30 - 20h00	Entraînement collectif adulte		
	20h-21h30	Adhérent libre		
Samedi	7h00 - 9h00	Adhérent libre	cours individuel adulte	Adhérent libre
	9h00 - 12h00		Jeu libre (réservation)	
	9h00 - 12h00		Jeu libre (réservation)	
	12h00 - 14h00		Jeu libre (réservation)	
	14h00 - 14h45	cours collectifs initiation / découverte enfants		
	14h45 -16h00	cours collectifs perfectionnement enfants	cours collectif initiation / découverte jeune	cours collectif initiation / découverte jeune
	16h00 - 16h30	cours collectifs enfants	cours collectif initiation / découverte jeune	cours collectif initiation / découverte jeune
	16h30 - 18h00	Entraînement collectif jeune		
	18h00 - 19h00	Adhérent libre	cours individuel adulte	Adhérent libre
	19h00 - 21h30	Adhérent libre		
Dimanche	7h00 - 21h30	Jeu libre (réservation)		