

EMPLOI DU TEMPS - SPORT DE COMBAT - ECOLE ADAM - Dojo BORDEAUX EST - BASTIDE - 2024 - VACANCES ÉTÉ

	Lundi 01 Juillet		Mardi 02 Juillet		Mercredi 03 Juillet		Jeudi 04 Juillet	
	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec
FIGHT'N'FIT 92 cours le Rouzic 33100 BORDEAUX - BASTIDE			12h30 - 13h30 (1h00) BOXE Pied Poing - Gilles -	12h30 - 13h30 (1h00) OPEN MAT Training libre ttes disciplines				
	18h30- 20h00 (1h30) Cours COMBAT (Krav Maga /Kick Boxing) spécial GIRLS - Yann -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) BOXE Kick Boxing - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) KRAV MAGA - Sébastien -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) MMA - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines
	20h00- 21h30 (1h30) BOXE Anglaise - Tony -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines			20h00- 21h30 (1h30) Jiu Jitsu Brésilien/Grappling /MMA(Sol) - Salomon -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines		

EMPLOI DU TEMPS - SPORT DE COMBAT - ECOLE ADAM - Dojo BORDEAUX EST - BASTIDE - 2024 - VACANCES ÉTÉ

	Lundi 8 Juillet		Mardi 9 Juillet		Mercredi 10 Juillet		Jeudi 11 Juillet	
	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec
FIGHT'N'FIT 92 cours le Rouzic 33100 BORDEAUX - BASTIDE			12h30 - 13h30 (1h00) BOXE Pied Poing - Gilles -	12h30 - 13h30 (1h00) OPEN MAT Training libre ttes disciplines				
	18h30- 20h00 (1h30) Cours COMBAT (Krav Maga /Kick Boxing) spécial GIRLS - Yann -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) BOXE Kick Boxing - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) KRAV MAGA - Marie Christine -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) MMA - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines
	20h00- 21h30 (1h30) BOXE Anglaise - Tony -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines			20h00- 21h30 (1h30) Jiu Jitsu Brésilien/Grappling /MMA(Sol) - Salomon -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines		

EMPLOI DU TEMPS - SPORT DE COMBAT - ECOLE ADAM - Dojo BORDEAUX EST - BASTIDE - 2024 - VACANCES ÉTÉ

	Lundi 15 Juillet		Mardi 16 Juillet		Mercredi 17 Juillet		Jeudi 18 Juillet	
	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec
FIGHT'N'FIT 92 cours le Rouzic 33100 BORDEAUX - BASTIDE			12h30 - 13h30 (1h00) BOXE Pied Poing - Gilles -	12h30 - 13h30 (1h00) OPEN MAT Training libre ttes disciplines				
	18h30- 20h00 (1h30) Cours COMBAT (Krav Maga /Kick Boxing) spécial GIRLS - Anne Fleur -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) BOXE Kick Boxing - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) KRAV MAGA - Stéphane -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) MMA - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines
	20h00- 21h30 (1h30) BOXE Anglaise - Tony -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines			20h00- 21h30 (1h30) Jiu Jitsu Brésilien/Grappling / MMA(Sol) - Salomon -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines		

EMPLOI DU TEMPS - SPORT DE COMBAT - ECOLE ADAM - Dojo BORDEAUX EST - BASTIDE - 2024 - VACANCES ÉTÉ

	Lundi 22 Juillet		Mardi 23 Juillet		Mercredi 24 Juillet		Jeudi 25 Juillet	
	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec
FIGHT'N'FIT 92 cours le Rouzic 33100 BORDEAUX - BASTIDE			12h30 - 13h30 (1h00) BOXE Pied Poing - Gilles -	12h30 - 13h30 (1h00) OPEN MAT Training libre ttes disciplines				
	18h30- 20h00 (1h30) Cours COMBAT (Krav Maga /Kick Boxing) spécial GIRLS - Anne Fleur -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) BOXE Kick Boxing - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) KRAV MAGA - Stéphane -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) MMA - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines
	20h00- 21h30 (1h30) BOXE Anglaise - Tony -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines			20h00- 21h30 (1h30) Jiu Jitsu Brésilien/Grappling / MMA(Sol) - Salomon -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines		

EMPLOI DU TEMPS - SPORT DE COMBAT - ECOLE ADAM - Dojo BORDEAUX EST - BASTIDE - 2024 - VACANCES ÉTÉ

	Lundi 29 Juillet		Mardi 30 Juillet		Mercredi 31 Juillet		Jeudi 01 Aout	
	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec
FIGHT'N'FIT 92 cours le Rouzic 33100 BORDEAUX - BASTIDE			12h30 - 13h30 (1h00) BOXE Pied Poing - Gilles -	12h30 - 13h30 (1h00) OPEN MAT Training libre ttes disciplines				
	18h30- 20h00 (1h30) Cours COMBAT (Krav Maga /Kick Boxing) spécial GIRLS - Yann -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) BOXE Kick Boxing - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) KRAV MAGA - Sébastien -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) MMA - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines
	20h00- 21h30 (1h30) BOXE Anglaise - Tony -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines			20h00- 21h30 (1h30) Jiu Jitsu Brésilien/Grappling /MMA(Sol) - Salomon -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines		

EMPLOI DU TEMPS - SPORT DE COMBAT - ECOLE ADAM - Dojo BORDEAUX EST - BASTIDE - 2024 - VACANCES ÉTÉ

	Lundi 05 Aout		Mardi 06 Aout		Mercredi 07 Aout		Jeudi 08 Aout	
	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec
FIGHT'N'FIT 92 cours le Rouzic 33100 BORDEAUX - BASTIDE								
	18h30- 20h00 (1h30) Cours COMBAT (Krav Maga /Kick Boxing) spécial GIRLS - Yann -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) BOXE Kick Boxing - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) KRAV MAGA - Sébastien -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) MMA - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines
	20h00- 21h30 (1h30) BOXE Anglaise - Tony -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines			20h00- 21h30 (1h30) Jiu Jitsu Brésilien/Grappling / MMA(Sol) - Salomon -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines		

EMPLOI DU TEMPS - SPORT DE COMBAT - ECOLE ADAM - Dojo BORDEAUX EST - BASTIDE - 2024 - VACANCES ÉTÉ

	Lundi 12 Aout		Mardi 13 Aout		Mercredi 14 Aout		Jeudi 15 Aout	
	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec
FIGHT'N'FIT 92 cours le Rouzic 33100 BORDEAUX - BASTIDE								
	18h30- 20h00 (1h30) Cours COMBAT (Krav Maga /Kick Boxing) spécial GIRLS - Alexandra -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) BOXE Kick Boxing - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) KRAV MAGA - Alexandra -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	férié	férié
	20h00- 21h30 (1h30) BOXE Anglaise - Tony -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	20h00- 21h30 (1h30) MMA - Benoit -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	20h00- 21h30 (1h30) Jiu Jitsu Brésilien/Grappling / MMA(Sol) - Salomon -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines		

EMPLOI DU TEMPS - SPORT DE COMBAT - ECOLE ADAM - Dojo BORDEAUX EST - BASTIDE - 2024 - VACANCES ÉTÉ

	Lundi 19 Aout		Mardi 20 Aout		Mercredi 21 Aout		Jeudi 22 Aout	
	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec
FIGHT'N'FIT 92 cours le Rouzic 33100 BORDEAUX - BASTIDE								
	18h30- 20h00 (1h30) Cours COMBAT (Krav Maga /Kick Boxing) spécial GIRLS - Alexandra -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) BOXE Kick Boxing - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) KRAV MAGA - Alexandra -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) MMA - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines
	20h00- 21h30 (1h30) BOXE Anglaise - Tony -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines			20h00- 21h30 (1h30) Jiu Jitsu Brésilien/Grappling /MMA(Sol) - Salomon -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines		

EMPLOI DU TEMPS - SPORT DE COMBAT - ECOLE ADAM - Dojo BORDEAUX EST - BASTIDE - 2024 - VACANCES ÉTÉ

	Lundi 26 Aout		Mardi 27 Aout		Mercredi 28 Aout		Jeudi 29 Aout	
	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec	Dojo Pri	Dojo Sec
FIGHT'N'FIT 92 cours le Rouzic 33100 BORDEAUX - BASTIDE								
	18h30- 20h00 (1h30) Cours COMBAT (Krav Maga /Kick Boxing) spécial GIRLS - Yann -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) BOXE Kick Boxing - Benoit -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) KRAV MAGA - Sébastien -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines	18h30- 20h00 (1h30) MMA - Baba -	18h30- 20h00 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines
	20h00- 21h30 (1h30) BOXE Anglaise - Tony -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines			20h00- 21h30 (1h30) Jiu Jitsu Brésilien/Grappling / MMA(Sol) - Salomon -	20h00- 21h30 (1h30) OPEN MAT Training libre ttes disciplines		