



PLANNING 2024 / 2025 CSPSE – TEAM CAMP10



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
www.cspse-teamcamp10.fr						7H30/8H45 COURS LIBRE <i>(denis)</i>
						14H00/15H30 BOXE-THAI <i>(denis)</i>
	14H30/17H30 SPARRING LIBRE			14H30/17H30 SPARRING LIBRE	15H30/16H30 MMA <i>(denis)</i>	
	- BOXE-THAI - BOXE ANGLAISE - MMA <i>(denis)</i>	16H30/17H30 MMA <i>(benoit)</i>		- BOXE-THAI - BOXE ANGLAISE - MMA <i>(denis)</i>	16H30/17H30 BOXE ANGLAISE <i>(denis)</i>	
17H30/18H30 MMA <i>(denis)</i>	17H30/18H30 BOXE-THAI <i>(denis)</i>	17H30/18H30 SPARRING DIRIGE (THEMES) - BOXE-THAI - BOXE ANGLAISE <i>(denis)</i>	17H30/18H30 MMA <i>(benoit)</i>	17H30/18H30 MMA <i>(denis)</i>		
18H30/20H00 BOXE-THAI <i>(denis)</i>		18H30/19H30 MMA <i>(denis)</i>		18H30/20H00 JJB (No Gi) <i>(mathias)</i>		
		19H30/20H30 JJB (Gi & No Gi) <i>(éric)</i>				
20H00/21H30 JJB (Gi & No Gi) <i>(basile/chris)</i>	20H00/21H30 SPARRING LIBRE - BOXE-THAI - BOXE ANGLAISE - MMA <i>(denis)</i>	20H30/22H00 BOXE-THAI <i>(denis)</i>	20H00/21H30 JJB (Gi) <i>(mathias)</i>	20H00/21H30 BOXE-THAI <i>(denis)</i>		