



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
www.cspse-teamcamp10.fr						7H30/9H00 COURS LIBRE (denis)
						9H00/10H00 - BOXE ANGLAISE - BOXE-THAI (denis)
	14H30/17H30 COURS LIBRE . SPARRING			14H30/17H30 COURS LIBRE . SPARRING	14H00/15H30 BOXE-THAI (denis)	
	. TECHNIQUE . COACHING (denis)	16H30/17H30 MMA (benoit)		. TECHNIQUE . COACHING (denis)	15H30/16H30 MMA (denis)	
17H30/18H30 MMA (denis)	17H30/18H30 BOXE-THAI (denis)	17H30/18H30 SPARRING DIRIGE (THEMES) - BOXE-THAI - BOXE ANGLAISE (denis)	17H30/18H30 MMA (benoit)	17H30/18H30 MMA (denis)		
18H30/20H00 BOXE-THAI (denis)		18H30/19H30 MMA (denis)		18H30/20H00 JJB (No Gi) (mathias)		
		19H30/20H30 JJB (Gi & No Gi) (éric)				
20H00/21H30 JJB (Gi & No Gi) (basile/chris)	20H00/21H30 COURS LIBRE . SPARRING . TECHNIQUE . COACHING (denis)	20H30/22H00 BOXE-THAI (denis)	20H00/21H30 JJB (Gi) (mathias)	20H00/21H30 BOXE-THAI (denis)		