

BLACKBOX

FIT & FIGHT

PLANNING HEBDOMADAIRE

LUNDI



10:00 - 13:00
OPEN GYM
ACCÈS LIBRE
AUX TATAMIS



17:00 - 18:00
BJJ
Little & Kids



18:00 - 19:00
BAG CLASS
LADIES



19:15 - 20:30
MUAY THAÏ



20:45 - 22:00
BOXE
ANGLAISE

MARDI



09:00 - 09:45
SENIORS



10:00 - 13:00
OPEN GYM
ACCÈS LIBRE
AUX TATAMIS



18:00 - 18:30
HIIT



18:30 - 19:30
BAG CLASS
MIXTE



19:45 - 20:45
GRAPPLING

MERCREDI



10:00 - 13:00
OPEN GYM
ACCÈS LIBRE
AUX TATAMIS



17:15 - 18:00
MUAY THAÏ
Little Class
5-9ans



18:00 - 19:00
MUAY THAÏ
Kids 10-15ans



19:15 - 20:30
MUAY THAÏ



20:30 - 21:00
SPARRING

JEUDI



09:00 - 09:45
SENIORS



10:00 - 13:00
OPEN GYM
ACCÈS LIBRE
AUX TATAMIS



18:00 - 18:30
HIIT

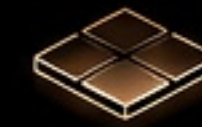


18:30 - 19:30
BAG CLASS
MIXTE



19:45 - 20:45
MMA

VENDREDI



10:00 - 13:00
OPEN GYM
ACCÈS LIBRE
AUX TATAMIS



17:15 - 18:00
MUAY THAÏ
Little Class
5-9ans



18:00 - 19:00
MUAY THAÏ
Kids 10-15ans



19:15 - 20:30
MUAY THAÏ



20:30 - 21:00
SPARRING

SAMEDI



08:30 - 10:00
NO-GI



10:00 - 11:00
BJJ
Little & Kids



11:15 - 12:15
PILATES



12:15 - 13:15
BOXE
ANGLAISE



13:30 - 15:00
MMA



BJJ



MUAY THAÏ



BOXE
ANGLAISE



BAG CLASS
(LADIES)



BAG CLASS
(MIXTE)



MMA



GRAPPLING



SPARRING



PILATES



HIIT



OPEN GYM
ACCÈS LIBRE



ESPACE
FITNESS

LUNDI AU VENDREDI
07:00 - 21:15

SAMEDI
08:00 - 17:00

DIMANCHE
& JOURS FÉRIÉS
FERMÉ