

CFKM - PLANNING DES COURS SAISON 2018-2019

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

SECTION MULTI-BOXES

JUSSIEU

SALLE DE BOXE

19H00 - 20H00

TOUS NIVEAUX

technique & prépa. physique

JUSSIEU

SALLE DE BOXE

18H45 - 20H00

TOUS NIVEAUX

technico-tactique & puissance

SECTION KRAV-MAGA

JUSSIEU

SALLE DE BOXE

20H00 - 21H30

INTERMEDIAIRE

préparation ceinture verte & bleue

JUSSIEU

SALLE DE DANSE

19H30 - 20H30

DEBUTANT

préparation ceinture jaune & orange

19H30 - 21H00

AVANCE

*préparation ceinture bleue & marron
& entraînement libre de 21h00 à 21h30*

20H30 - 21H30

INTERMEDIAIRE

préparation ceinture verte

PORT ROYAL

SALLE DE BOXE

18H00 - 19H00

KMF

cours féminin tous niveaux

19H00 - 20H00

DEBUTANT

préparation ceinture jaune

SALLE 6

18H00 - 19H00

CONFIRME

cours libre préparation ceintures noires

19H00 - 20H00

CONFIRME

préparation ceintures noires

JUSSIEU

SALLE DE BOXE

20H00 - 21H00

DEBUTANT

préparation ceinture jaune & orange

PLACE MONGE

SALLE AMYOT

19H30 - 20H30

COURS LIBRE

*& organisation
d'événements ponctuels*

PORT ROYAL

SALLE 5 A-B-C

11H00 - 12H15

DEBUTANT

préparation ceinture jaune & orange

11H00 - 12H15

INTERMEDIAIRE

préparation ceinture verte & bleue

11H00 - 12H15

AVANCE

préparation ceinture marron & noire

12H15 - 13H00

SOL / COMBAT

tous niveaux

NOS SALLES

JUSSIEU

Centre Sportif Jean Talbot
7 quai Saint Bernard 75005 Paris

PORT ROYAL

C.S.U. Jean Sarrailh
31 av Georges Bernanos 75005 Paris

PLACE MONGE

Salle de Sport Amyot
3 rue Amyot 75005 Paris