

CFKM - PLANNING DES COURS SAISON 2018-2019

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

SECTION MULTI-BOXES

JUSSIEU

SALLE DE BOXE

19H00 - 20H00
TOUS NIVEAUX

JUSSIEU

SALLE DE BOXE

18H45 - 20H00
TOUS NIVEAUX

SECTION KRAV-MAGA

JUSSIEU

SALLE DE BOXE

20H00 - 21H30
INTERMEDIAIRE
programme ceinture verte & bleue

JUSSIEU

SALLE DE DANSE

19H30 - 20H30
DEBUTANT
programme ceinture jaune⁽¹⁾ & orange

19H30 - 21H00
INTER. / AVANCE
programme ceinture bleue & marron
& cours libre de 21h00 à 21h30

20H30 - 21H30
INTERMEDIAIRE
programme ceinture verte

PORT ROYAL

SALLE 6

18H00 - 19H00
KMF®
cours féminin tous niveaux

19H00 - 20H00
DEBUTANT
programme ceinture jaune⁽¹⁾

SALLE DE BOXE

18H00 - 19H00
CONFIRME (LIBRE)
programmes ceintures noires

19H00 - 20H00
CONFIRME
programmes ceintures noires

JUSSIEU

SALLE DE BOXE

20H00 - 21H00
DEBUTANT
programme ceinture jaune & orange⁽²⁾

20H00 - 21H00
AVANCE (LIBRE)
programme ceinture marron

PLACE MONGE

SALLE AMYOT

19H30 - 20H30
COURS LIBRE
& organisation
d'événements ponctuels

PORT ROYAL

SALLE 5 A-B-C

11H00 - 12H15
DEBUTANT
programme ceinture jaune & orange⁽²⁾

11H00 - 12H15
INTERMEDIAIRE
programme ceinture verte & bleue

11H00 - 12H15
AVANCE / CONF.
programme ceinture marron & noire

12H15 - 13H00
SOL / COMBAT
tous niveaux

(1) cours jaune identique le mardi et le mercredi

(2) cours jaune & orange identique le jeudi et le samedi

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