

Planning NORD ESSONNE du LADJAL BOXING CLUB

2022-2023

<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>	<i>Samedi</i>	<i>Dimanche</i>
						LADY BOXING 10H00-11H30
						SPARRING 12H - 14H
SPARRING 12H-14H	SPARRING 12H-14H		SPARRING 12H-14H	SPARRING 12H-14H		
		KICK ENFANT 15H-16H				
	KICK ENFANT 17H15-18H15					
BABY-BOXING 17H15-18H	BABY-BOXING 17H15-18H			BABY-BOXING 17H15-18H	KICK ENFANT/ADO 17H-18H30	
	KICK ENFANT 18H-19H			KICK ENFANT 18H-19H		
KICK ENFANT 18H-19H		KICK ENFANT 18H30-19H30				
KICK-THAÏ 19H-20H15		KICK-THAÏ 19H30-21H	LADY BOXING 19H00-20H30			
			KICK ENFANT 19H30-20H30			
KICK-THAÏ 20H30-22H			MMA 20H30-22H			
			KICK-THAÏ 20H40-22H10			

St Michel sur Orge : Gymnase Descartes, 27 rue St Saëns	Marolles-en-Hurepoix : Complexe sportif - Av du lieutenant Agoutin
Fleury-Mérogis : Salle Weiner - rue Salvador Allende	Longpont sur Orge : Dojo - complexe sportif des Garences- chemin des Osiers
Ballainvilliers : Caserne Pompiers - Dojo - Complexe sportif des Daunettes - 4 chemin de la Guy	

Contact : Yannis LADJAL - Président (06.37.63.86.07) - yannisladjal@hotmail.fr



Ladjal Boxingclub



alboxingclub