

Planning NORD ESSONNE du LADJAL BOXING CLUB

2025-2026

<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>	<i>Samedi</i>	<i>Dimanche</i>
					BABY BOXING 10H15-11H	
					KICK ENFANT 11H00-12H00	LADY BOXING 11H00-12H30
					KICK THAÏ 12H00-13H30	BOXE ANGLAISE 12H30 - 14H00
		KICK ENFANT 15H30-16H30			MMA ADO (13 à 17 ans) 13H15-14H30	
BABY-BOXING 17H15-18H	BABY-BOXING 17H15-18H	KICK ENFANT 17H15-18H15		BABY-BOXING 17H15-18H	MMA LUTTE 14H30-16H	
KICK ENFANT 18H-19H	KICK ENFANT 18H-19H	KICK-THAÏ 18H15-19H45		KICK ENFANT 18H-19H		
KICK-THAÏ 19H-20H15		KICK ENFANT 17H-18H		KICK ENFANT 18H-19H		
KICK ENFANT 18H00-19H00		KICK ADO (13 à 17 ans) 18H-19H	KICK ENFANT 18H-19H	KICK-THAÏ 19H00-20H30		
KICK THAÏ 19H30-21H00		KICK-THAÏ 19H-20H30	MMA ADO (13 à 17 ans) 19H15-20H30			
KICK-THAÏ 20H30-22H		BOXE ANGLAISE 20H30-22H	MMA GRAPPLING 20H30-22H			
MMA GRAPPLING 20H30-22H			KICK-THAÏ 20H30-22H			

St Michel sur Orge : Gymnase Descartes, 27 rue St Saëns	Juvisy-sur-Orge : Centre Frédéric Rossif - Place Louise Michel
Fleury-Mérogis : Gymnase Jacques Anquetil, rue Pierre Brossolette	Longpont sur Orge : Dojo - complexe sportif des Garennes- chemin des Osiers
Ballainvilliers : Caserne Pompiers - Dojo - Complexe sportif des Daunettes - chemin d'Aunette	

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



Ladjal Boxingclub



ladjalboxingclub