

Tableau horaires :

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
19h-20h Body-Karaté		10h30-11h30 Sports de combats brésilien Enfant de 7 à 15 ans	19h-20h Salle de danse FRENEUSE Musiques Brésilienne		10h-11h Capoeira Famille (FRENEUSE)	
19h15- 20h15 Capoeira Adultes		13h15-14h15 Karaté/Karaté Contact Enfants			14h-15h Karaté Famille	
20h-21h Karaté Contact Adultes et Ados		13h30-14h30 Capoeira Enfants (FRENEUSE)			17h-20h Entrainement libre et Sacs de frappe	
		14h30-15h30 Karaté Contact Adultes et Ados				

PROFESSEURS :

Jean-louis GRANET, Vice Champion du Monde de Karaté.
 Christelle RUNDSTADLER, DAF CBK CN 3ème Dan Karaté.
 Sidy NDAO, DIF CN 4ème Dan Karaté.
 Waguinho Wagner TEIXEIRA, DIF Ceinture Noire.
 Mico Mikael LOTTEAU, Professeur
 Pulover Léandre Pulover Cby, Instructeur.