



PLANNING

FIT & BOXING



OSEZ VOUS SURPASSER

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
12H30-13H30 CROSSFIGHT	12H30-13H15 CROSSTRaining HIIT	16H00-16H45 BABYBOXE 4-6 ANS	12H30-13H15 STRETCHING	12H30-13H30 CROSSFIGHT	10H00-10H45 100% RENFO TOTAL BODY
17H45-18H30 100% RENFO CAF Cuisses - Abdos - Fessiers	17H45-18H30 CROSSTRaining HIIT	17H00-18H00 BOXE ENFANTS 7-10 ANS	17H45-18H30 CROSSTRaining HIIT	17H30-18H30 BOXE ADOS 11-14 ANS	11H00-12H00 CROSSFIGHT
18H35-19H35 100% GIRLS	18H35-19H35 CROSSFIGHT	18H15-19H30 BOXE ADOS 11-14 ANS	18H35-19H35 CROSSFIGHT	18H35-19H35 100% GIRLS	12H15-13H00 STRETCHING
19H45-21H15 KICKBOXING + 15 ANS	19H45-21H15 BOXE ANGLAISE + 15 ANS	19H45-21H15 MUAY THAI + 15 ANS	19H45-21H15 BOXE ANGLAISE + 15 ANS	19H45-21H15 KICKBOXING +15 ANS	



www.so-fight.fr

COACHING ET SUIVI PERSONNALISE
SELON VOS DISPONIBILITES

Lundi au Samedi
6h45 - 22h00

Dimanche
6h45 - 15h00

ESPACE
MUSCULATION
OUVERT 7/7

