

**LUNDI**

**MARDI**

**MERCREDI**

**JEUDI**

**VENDREDI**

**SAMEDI**



10h00-11h00  
**SELF-DEFENSE**  
(Sur réservation)

11h00-12h00  
**TAIJI QUAN ( Visio )**

12h00-13h00  
**JEET KUNE DO**

12h30-13h30  
**TAEKWONDO**  
LOISIRS

17h30-18h45  
**TAEKWONDO**  
7-14 Ans

18h45-20h00  
**TAEKWONDO**  
Ados Adultes

20h00-22h00  
**KUNG FU**  
Adultes

20h00-22h00  
**KRAV MAGA**  
Adultes

17h15-18h15  
**TAIJI QUAN**

18h30-20h00  
**BOXE TOUS NIVEAUX**  
Ados +13ans / Adultes

20h00-22h00  
**NIHON TAI-JITSU**  
Adultes

10h00-11h00  
**SELF-DEFENSE**  
(Sur réservation)

11h00-12h00  
**TAIJI QUAN**

12h15-13h00  
**MARTIAL**  
**CIRCUIT**  
**TRAINING**

13h00-14h00  
**JEET KUNE DO**

14h00-15h00  
**JUDO**  
8-12 Ans

15h00-16h00  
**JUDO**  
6-7 Ans

16h15-17h00  
**BABY JUDO**  
3-5 Ans

17h00-18h45  
**KARATE**  
G1 :17h/18h - 12 Ans  
G2 :18h/18h45 Ados Adultes

18h45-20h00  
**TAEKWONDO**  
Ados Adultes

20h00-22h00  
**KUNG FU**  
Adultes

12h30-13h30  
**TAEKWONDO**  
LOISIRS

14h00-15h00  
**BOXE**  
7-9 Ans

15h00-16h00  
**BOXE**  
10-12 Ans

16h00-17h30  
**NIHON**  
**TAI-JITSU**  
7-16 Ans

17h30-18h45  
**TAEKWONDO**  
7-14 Ans

12h30-13h30  
**TAEKWONDO**  
LOISIRS

18h00-19h45  
**BOXE**  
**CONFIRMES**  
+ 13 ans / Adultes

20h00-22h00  
**NIHON TAI-JITSU**  
Adultes

18h30-20h00  
**KARATE**  
Ados Adultes

20h00-22h00  
**KRAV MAGA**  
Adultes

11h00-12h00  
**JEET KUNE DO**  
(Semaines Paires)

17h15-18h15  
**BOXE**  
7-12 Ans

18h15-19h45  
**BOXE TOUS NIVEAUX**  
+13 ans / Adultes

20h00-22h00  
**ARNIS KALI ESKRIMA**  
Ados Adultes

17h45-18h45  
**TAEKWONDO**  
7-14 Ans

18h45-20h00  
**TAEKWONDO**  
Adultes

10h00-12h00  
**NIHON**  
**TAI-JITSU**  
7-16 Ans

10h00-12h00  
**TAEKWONDO**  
Gradés

12h00-13h30  
**KARATE**  
Enfants Ados Adultes

14h00 – 16h30  
**QI GONG**  
(Une fois par mois )

**05 61 59 92 88**  
**06 16 93 55 23**  
**38 Avenue de Lombez**  
**31300 Toulouse**