


MMA FACTORY

TEAM  SILENCER



PLANNING HEBDOMADAIRE DES COURS - SAISON 2020/2021

LUNDI	MARDI	MERCREDI
<p>9H – 15H COURS PARTICULIERS</p> <p>15H – 16H30 COURS PRO / COMPÉTITEURS</p> <p>18H – 19H FIT BOXING</p> <p>19H – 20H MMA [ADULTES]</p> <p>20H – 21H NO-GI [ADULTES]</p>	<p>9H – 18H COURS PARTICULIERS</p> <p>18H – 19H CROSS TRAINING</p> <p>19H – 20H SELF DÉFENSE RED TRAINING [ADULTES]</p> <p>20H – 21H MUAY THAÏ [ADULTES]</p>	<p>9H – 15H COURS PARTICULIERS</p> <p>17H – 18H BOXE PIEDS POINGS [KIDS] BOXE THAÏ / K1 / KICK</p> <p>18H – 19H MMA [KIDS]</p> <p>19H – 20H WRESTLING [ADULTES]</p> <p>20H – 21H K 1 / KICK BOXING [ADULTES]</p>
JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<p>9H – 15H COURS PARTICULIERS</p> <p>15H – 16H30 COURS PRO / COMPÉTITEURS</p> <p>18H – 19H FIT BOXING</p> <p>19H – 20H NO-GI [ADULTES]</p> <p>20H – 21H MMA [ADULTES]</p>	<p>9H – 18H COURS PARTICULIERS</p> <p>18H – 19H CROSS TRAINING</p> <p>19H – 20H MUAY THAÏ [ADULTES]</p> <p>20H – 21H SELF DÉFENSE RED TRAINING [ADULTES]</p>	<p>10H – 11H FIT BOXING</p> <p>11H – 12H BOXE PIEDS POINGS SELF DEFENSE – MMA [KIDS]</p> 

Coordonnées pour nous joindre: MMA FACTORY TEAM SILENCER - N° 355 Chemin de Tomasenea - Zone artisanale de Berroueta - 64122 URRUGNE / **Tel:** 06 72 70 63 94 (Johan) / 06 61 97 35 03 (Fred)

Email: mma.factory64@gmail.com / association@team-spartan.club

Sites Web: <http://mma-factory-teamsilencer.fr/> / <http://team-spartan.club>