



210 rue Tessier

418-721-2000

HORAIRE DES COURS

ZONE BOXE

Session Automne 2023

11 septembre au 17 décembre 2023

La durée des cours est de 50 minutes.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
BOXE RÉCRÉATIF 12h00 <i>Jean-François</i>			BOXE RÉCRÉATIF 12h00 <i>Jean-François</i>		BOXE parents/enfants 8-12ans Complet 10h00 <i>Alex</i>
SPORT-ÉTUDE RÉGIONAL 13h45 à 16h15 <i>Jean-François</i>	SPORT-ÉTUDE RÉGIONAL 13h45 à 16h15 <i>Jean-François</i>	SPORT-ÉTUDE RÉGIONAL 13h45 à 16h15 <i>Jean-François</i>	SPORT-ÉTUDE RÉGIONAL 13h45 à 16h15 <i>Jean-François</i>	SPORT-ÉTUDE RÉGIONAL 13h45 à 16h15 <i>Jean-François</i>	BOXE RÉCRÉATIF 11h00 <i>Alex</i>
SPORT-ÉTUDE LOCAL 15h à 16h <i>Jean-François</i>	SPORT-ÉTUDE LOCAL 15h à 16h <i>Jean-François</i>	SPORT-ÉTUDE LOCAL 15h à 16h <i>Jean-François</i>	SPORT-ÉTUDE LOCAL 15h à 16h <i>Jean-François</i>	SPORT-ÉTUDE LOCAL 15h à 16h <i>Jean-François</i>	
BOXE COMPÉTITIF 16h30 à 18h <i>libre</i>	BOXE COMPÉTITIF 16h30 à 18h <i>Sab & Sebas</i>	BOXE COMPÉTITIF 16h30 à 18h <i>libre</i>	BOXE COMPÉTITIF 17h30 à 19h <i>Sab & Sebas</i>	SPARRING COMPÉTITIF 16h30 à 18h <i>Sebas/Sab/Jeff</i>	
BOXE RÉCRÉATIF Complet 17h00 <i>Alex</i>	BOXE RELÈVE 17h00 <i>Jean-François</i>	BOXE RÉCRÉATIF 17h30 <i>Keven</i>	BOXE RÉCRÉATIF Complet 17h00 <i>Jean-François</i>		
BOXE RÉCRÉATIF 18h30 <i>Keven</i>	BOXE RÉCRÉATIF 18h00 <i>Jean-François</i>	BOXE RÉCRÉATIF 18h30 <i>Keven</i>	BOXE RÉCRÉATIF Complet 18h30 <i>Jean-François</i>		
BOXE RÉCRÉATIF Complet 19h00 <i>Keven</i>	BOXE RÉCRÉATIF 19h00 <i>Jean-François</i>	BOXE RÉCRÉATIF 19h30 <i>Keven</i>			

Bienvenue au club!