



PLANNING WUSHU TAO



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	QI GONG			QI GONG	
	Fronton retraite active			fjep	
	FRONTON			BRUGUIERES	
	09h30/10h30			10h00 - 11h00	
	TAI CHI CHUAN			TAI CHI CHUAN	
	Fronton retraite active			fjep	
	FRONTON			BRUGUIERES	
	10h30/11h30			11h00 - 12h00	
		KUNG FU SHAOLIN 7/14 ans			
		tous niveaux			
		COMPLEXE SPORTIF BRUGUIERES			
		14h00 - 15h00			
BABY BOXE Sanda				BABY KUNG FU éveil	KUNG FU
3/6 ans				3/6 ans	ENTRAINEMENT LIBRE
DOJO MAIRIE CASTELNAU				DOJO MAIRIE CASTELNAU	BOXE SANDA
16h30 - 17h00				16h30 - 17h00	SPARRING LIBRE
KUNG FU SHAOLIN 7/11 ans		BABY KUNG FU éveil		KUNG FU SHAOLIN 7/11 ans	compétition, stages
ceinture blanche & jaune		3/6 ans		ceinture blanche & jaune	démonstration
DOJO MAIRIE CASTELNAU		GYMNASE FONDADA CASTELNAU		DOJO MAIRIE CASTELNAU	GYMNASE FONDADA CASTELNAU
17h00 - 18h00		16h30 - 17h00		17h00 - 18h00	14h00 - 17h00
KUNG FU SHAOLIN 7/11 ans		BABY BOXE Sanda		KUNG FU SHAOLIN 7/11 ans	
ceinture orange minimum		3/6 ans		ceinture orange minimum	
DOJO MAIRIE CASTELNAU		GYMNASE FONDADA CASTELNAU		DOJO MAIRIE CASTELNAU	
18h00 - 19h00		17h00 - 17h30		18h00 - 19h00	
TAI CHI CHUAN		BOXE SANDA 7/11 ans		KUNG FU SHAOLIN LIBRE	
tous niveaux		tous niveaux		adultes 12 ans confirmés	
SALLE MAIRIE CASTELNAU		GYMNASE FONDADA CASTELNAU		SALLE MAIRIE CASTELNAU	
17h00 - 19h00		17h30 - 18h30		16h30 - 18h00	
BOXE SANDA 7/11 ans		KUNG FU SHAOLIN		TAI CHI CHUAN	
tous niveaux		adultes 12 ans tous niveaux		tous niveaux	
SALLE MAIRIE CASTELNAU		GYMNASE FONDADA CASTELNAU		SALLE MAIRIE CASTELNAU	
18h00 - 19h00		18h30 - 19h45		18h00 - 19h30	
BOXE SANDA		BOXE SANDA		KUNG FU SHAOLIN	
adultes 12 ans tous niveaux		adultes 12 ans tous niveaux		adultes 12 ans tous niveaux	
DOJO MAIRIE CASTELNAU		GYMNASE FONDADA CASTELNAU		DOJO MAIRIE CASTELNAU	
19h00 - 20h30		19h45 - 21h00		19h00 - 20h30	