

HORAIRE

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
						
					12h30 kickboxing enfant-parent-adulte tous niveaux	11h30 BJJ enfant tous niveaux
						12h30 BJJ adulte tous niveaux
				18h30 BJJ enfant tous niveaux		
19h30 BJJ adulte tous niveaux	19h30 kickboxing enfant-parent-adulte tous niveaux	19h30 BJJ adulte tous niveaux	19h30 kickboxing enfant-parent-adulte tous niveaux	19h30 BJJ no-gi adulte tous niveaux		

Kickboxing : Programme de kickboxing gratuit à tous nos membres de BTT Laval.
Équipement obligatoire (Gants de boxe, protection pied et tibia).

Cours privé : Cours privés disponible et les tarifs varient.
Renseignez-vous auprès de vos instructeurs.

Vendredi, 19h30 cours adulte no-gi (sans l'habit de combat). Le port du rashguard est recommandé et vendu sur place.