

Planning Académie PWTS Montauban – SIFU Damien Morelis

	<u>Lundi</u>	<u>Mardi</u>	<u>Mercredi</u>	<u>Jeudi</u>	<u>Vendredi</u>
<u>10H</u>	Ouverture 10h	Ouverture 10h	Fermé toute Le journée	Ouverture 10h	<i>Cours privés ou Mini – groupes Sur rendez – vous De 9h à 12h</i>
<u>11H</u>	<u>Cours wingtsun</u> 10h15 – 11h15	<u>Cardio puis Taos</u> 10h15-10h45 10h45-11h15	<u>Un cours Enfants</u> 7 – 12 ans 10h30 à 11h30	<u>Wing tsun au sol</u> 10h15 à 11h15	
<u>12H</u>					
<u>13H</u>	<u>Cours taos</u> 12h15 -13h	Fermeture de 12h à 14h		<u>Cours Taos</u> 12h15 – 13h	Ouverture 13h
<u>14H</u>					
<u>15H</u>	<u>Chi sao et Latsao</u> 15h -16h	<u>Chisao et Latsao</u> 15h à 16h		<u>Drill Eskrima</u> 15h à 16h	<u>Chi-Gerk et Déplacements</u> 15h à 16h
<u>16H</u>					
<u>17H</u>	<u>Cours enfants</u> 17h15 -18h15	Fermeture de 16h15 à 18h		Fermeture à 16h15	Fermeture de 16h15 à 17h30
<u>18H</u>	Fermeture 18h15	<u>Eskrima</u> :18h15 A 19h15	Ouverture 18H		<u>Eskrima</u> : 18h A 19h
<u>19H</u>		<u>Wing tsun</u> : 19h15 A 20h30	<u>Cours WingTsun</u> 18h30 à 20h		
<u>20H</u>			Fermeture 20h		<u>Cours WingTsun</u> 19h à20h30
<u>21H</u>		Fermeture 20h30			Fermeture 20h30

Entre les heures de cours , lorsque ce n'est pas mentionné fermé , entraînements libres seul ou avec des partenaires : à disposition : Sac de frappe , mannequin de bois ,sacs muraux , Support pédagogique avec Télé/ Lecteur DVD, chaine hifi Bar ouvert avec Thé , café , jus de fruits ... SIFU Damien pourra répondre à vos questions ...