



PLANNING

COMBAT

TARIFS

SÉANCE UNITAIRE	20€
CARNETS DE 10 SÉANCES	180€
ABO MENSUEL	69€
ABO ANNUEL	690€

FONDATION - 128 AV. DE TOULON, 13006, MARSEILLE
WWW.FONDATIONMMA.COM
04 66 68 31 48

LUNDI

11:00 - 12:00

BOXE ANGLAISE
FONDAMENTAUX

12:00 - 13:00

BOXE ANGLAISE
PERFORMANCE

12:15 - 13:15

GRAPPLING
FONDAMENTAUX

18:00 - 19:00

LUTTE - FREESTYLE WRESTLING
FONDAMENTAUX

18:00 - 19:00

MMA
FONDAMENTAUX

19:00 - 20:00

MMA
100% FÉMININ

19:00 - 20:00

BOXE THAI
ELITE

20:00 - 21:00

BOXE THAI
FONDAMENTAUX

20:00 - 21:00

JJB
FONDAMENTAUX

21:00 - 22:00

BOXE ANGLAISE
FONDAMENTAUX

MARDI

12:15 - 13:15

MMA
FONDAMENTAUX

18:00 - 19:00

LADY BOXING
100% FÉMININ

19:00 - 20:00

MMA
FONDAMENTAUX

20:00 - 21:00

BOXE ANGLAISE
FONDAMENTAUX

20:15 - 21:30

MMA
ELITE

21:00 - 22:00

BOXE ANGLAISE
PERFORMANCE

MERCREDI

12:00 - 13:00

JJB NO-GI
FONDAMENTAUX

12:15 - 13:00

BOXE PIEDS POINGS
FONDAMENTAUX

17:00 - 18:00

MMA
FONDAMENTAUX

18:00 - 19:00

BOXE PIEDS POINGS
FONDAMENTAUX

18:00 - 19:00

MMA
100% FÉMININ

18:30 - 19:30

JJB
FONDAMENTAUX

19:00 - 20:00

BOXE PIEDS POINGS
PERFORMANCE

19:30 - 20:30

JJB
PERFORMANCE

20:00 - 21:00

KICK BOXING - K1
ELITE

JEUDI

12:30 - 13:30

BOXE ANGLAISE
FONDAMENTAUX

17:45 - 18:45

GRAPPLING
PERFORMANCE

18:15 - 19:15

LADY BOXING
100% FÉMININ

19:00 - 20:00

LUTTE - FREESTYLE WRESTLING
FONDAMENTAUX

19:15 - 20:15

LADY SPARRING
PERFORMANCE

19:15 - 20:15

BOXE THAI
PERFORMANCE

20:30 - 21:30

BOXE ANGLAISE
SPARRING ENCADRE

VENREDI

12:15 - 13:15

BOXE THAI
TOUS NIVEAUX

12:30 - 13:15

LADY BOXING
100% FÉMININ

17:00 - 18:00

MMA
FONDAMENTAUX

18:00 - 19:00

BOXE THAI
PERFORMANCE

18:00 - 19:00

GRAPPLING
FONDAMENTAUX

19:00 - 20:00

GRAPPLING
PERFORMANCE

20:00 - 21:00

BOXE ANGLAISE
FONDAMENTAUX

SAMEDI

12:30 - 13:30

LADY BOXING
100% FÉMININ

16:30 - 17:30

MMA
FONDAMENTAUX

17:30 - 18:30

BOXE PIEDS POINGS
FONDAMENTAUX

17:30 - 18:30

MMA
PERFORMANCE

18:45 - 19:45

BOXE PIEDS POINGS
PERFORMANCE