

Kickboxing / K1

5 sections :

Baby boxe

Enfants de 3 à 5 ans
(Maternelle) - Places
limitées

[+ d'infos](#)

Kids Boxing

Enfants de 6 à 10 ans
(Primaire)

[+ d'infos](#)

Ados Boxing

Adolescents de 11 à 15
ans (collège)

[+ d'infos](#)

Adultes

Adultes à partir de 16
ans

[+ d'infos](#)

Performance

Compétiteurs enfants et
adolescents tous
niveaux

[+ d'infos](#)

MMA

3 sections :

MMA Kids

Enfants de 6 à 10 ans
(école primaire)

Mercredi

9h30 à 10h30

Tarif : 270 € + 39€**

MMA Ados

Adolescents de 11 à 15 ans
(collège)

Lundi et Mercredi

18h30 à 19h30

Tarif : 320 € + 39€**

Formule MMA + Kick

Boxing ados :

580 € au lieu de 640 € + 39 euros **

MMA Adultes

A partir de 16 ans

Lundi et Mercredi

19h30 à 21h00

Tarif : 380 € + 39€**

Formule MMA + Kick Boxing

adultes :

690 € au lieu de 760 € + 39 euros **





Krav for Kids

Enfants de 6 à 10 ans (école
primaire)

[+ d'infos](#)

Krav for Ados

Adolescents de 11 à 15 ans
(collège)

[+ d'infos](#)

Krav for Girls

Femmes uniquement à partir de
16 ans

[+ d'infos](#)

Toute l'actu de la section Krav Maga sur les réseaux :



Krav Maga

Preventive System - 4 sections :



Krav for Kids

Enfants de 6 à 10 ans (école
primaire)

[+ d'infos](#)

Krav for Ados

Adolescents de 11 à 15 ans
(collège)

[+ d'infos](#)

Krav for Girls

Femmes uniquement à partir de
16 ans

[+ d'infos](#)

Toute l'actu de la section Krav Maga sur les réseaux :



Boxe Anglaise

2 sections :



Kids Boxing

Enfants de 6 à 12 ans

[+ d'infos](#)

Boxing Ados / Adultes

Adolescents et adultes à partir
de 13 ans

[+ d'infos](#)

Toute l'actu sur les réseaux :

Boxing 13



Coaching - Cours particuliers



Krav maga

Cours particuliers

[+ d'infos](#)



Boxe Kickboxing / K1

Cours particuliers

[+ d'infos](#)



Prépa. Mentale

Cours particuliers

[+ d'infos](#)

Boxing Training

F2A Training Center - Les Milles

Planning des cours

Sept 2023 – Juin 2024

La réservation de vos créneaux de BOXING TRAINING se fait via l'application [DECIPLUS \(cliquez ici\)](#) ou directement au F2A Training Center.

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI |
|-----------|---------------------|------------------------|------------------------|---------------------|-------------------------------|---|
| 9h 10h | RENFO MUSCULAIRE | BOXING PAD TRAINING | BOXING BAG TRAINING | RENFO MUSCULAIRE | BOXING CIRCUIT TRAINING |  |

| | | | | | | |
|----------------|-------------------------------|-------------------------------|--|-------------------------------|---|---|
| 10h 11h | BOXING PAD TRAINING | BOXING BAG TRAINING | BOXING CIRCUIT TRAINING | BOXING BAG TRAINING | RENFO MUSCULAIRE | BOXING CIRCUIT TRAINING |
| 11h 12h | BOXING BAG TRAINING | RENFO MUSCULAIRE |  | BOXING PAD TRAINING | BOXING CIRCUIT TRAINING |  |
| 12h15 13h15 | BOXING PAD TRAINING | BOXING CIRCUIT TRAINING | BOXING BAG TRAINING | BOXING CIRCUIT TRAINING | RENFO MUSCULAIRE |  |
| 18h 19h | BOXING BAG TRAINING | BOXING CIRCUIT TRAINING | BOXING PAD TRAINING | RENFO MUSCULAIRE |  |  |
| 19h 20h | BOXING CIRCUIT TRAINING | RENFO MUSCULAIRE | BOXING CIRCUIT TRAINING | BOXING BAG TRAINING |  |  |