



Savate Boxe Française & DA Saison 2026/2027



Lundi	12h15/13h15 18h30/20h00 19h30/21h15 18h00/19h30 19h30/21h00 20h00/21h15	Savate Forme/ Renforcement musculaire Canne de Combat Savate Boxe Française (adultes compétiteurs) Savate Boxe Française (Jeunes compétiteurs jusqu'à 17Ans) Savate boxe Française (tous niveaux) Renforcement musculaire (tous niveaux)	Florian Arnaud / Gilles M Pierre Alexis Florian Stéphane Florian
Mardi	18h30/ 19h30 19h30/21h15 19h30/21h15	Cardio-training /Savate Forme Savate Boxe Française (tous niveaux à partir de 16 ans) Savate Boxe Française (adultes compétiteurs)	Gilles P/Lauriane Florian /Laurent Pierre Alexis
Mercredi	17h00/18h00 18h00/19h30 18h00/19h30 19h30/21h15 19h30/21h15	Savate Boxe Française Jeunes (de 6 ans à 12 ans) Savate Boxe Française (Jeunes jusqu'à 17Ans) Savate Boxe Française (jeunes compétiteurs jusqu'à 17Ans) Renforcement musculaire (tous niveaux) Savate Boxe Française (adultes compétiteurs)	Laurent Valérie/Laurent /Lauriane Florian Florian Pierre Alexis
Jeudi	12h15/13h15 18h30/19h30 19h30/21h15 19h30/21h15	Cardio-training/ Renforcement musculaire Cardio-Training/savate forme Savate Boxe Française (tous niveaux à partir de 16 ans) Savate Boxe Française (adultes compétiteurs)	Florian Gilles P/ Lauriane Florian Pierre Alexis
Vendredi	18h/19h00 18h00/19h30 18h30/20h00 18h00/19h30 19h30/21h15	Savate Boxe Française (6 à 12 ans) Savate Boxe Française (12 à 17 ans) Canne de Combat Savate Boxe Française (jeunes compétiteurs jusqu'à 17Ans) Savate Boxe Française sparring (minimum gant rouge)	Laurent Valérie /Lauriane/Laurent Meryl /Arnaud Florian Florian
Samedi	9h00/11h45 10h15/11h45 14h00/ 16h00	Canne de Combat S B F préparation physique jeunes Stages	Gille M /Meryl Florian

POUR L'Inscription :

- DEMANDE D'ADMISSION
- CERTIFICAT ou questionnaire Médical
- 1 PHOTO D'IDENTITE (pour les nouveaux adhérents)
- Cotisation

- ANCV ou coupon sports/ Pass région /Pass sport

Obligatoire pour la pratique

Brassière non autorisée

- Protège dents, coquille, gants ,Tee-shirt Débardeur, short, ou bas de survêtement

Matériel recommandé

- protège tibias protection pubienne /poitrine

Mail : savate.b.f.stadeclermontois@hotmail.fr