

**Club TNT Fighters**

**Savate Boxe Française –MMA – Self défense**

**Adresses :**

Salles des fêtes du Parc Xéraco : Parc Xéraco, 31150 Bruguières

Grand Dojo : Complexe sportif René Albus, Allée Pierre de Coubertin, 31150 Bruguières

**Contacts :**

-Coach : Pierre 0620594285 ; Alexandre 0625265080

-Bureau : Nicolas 0633239713 ; Didier 0660856921 ; Lino 0622166585

**Site internet :** <http://www.tnt-fighters.fr>

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **CALENDRIER DES COURS 2021-2022** | | | | | | |
|  | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 12h30  14h00 |  |  |  |  |  | **MMA** ou  **Self Défense** (dernier Samedi de chaque mois)  Grand dojo |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 16h00  17h00 |  |  | **Boxe Française**  Enfants (6/8 ans)  Grand dojo |  |  |  |
| 17h00  18h00 |  |  | **Boxe Française**  Enfants (9/10 ans)  Grand dojo |  |  |  |
| 17h30  18h30 | **Boxe Française**  Enfants (6/10 ans)  Salle des fêtes  Du parc Xéraco |  |  |  |  |  |
| 17h45  18h45 |  | **Boxe Française**  Ados  Salle des fêtes  Du parc Xéraco |  | **Boxe Française**  Ados  Salle des fêtes  Du parc Xéraco |  |  |
| 18h45  20h15 |  | **Boxe Française**  Adultes  Salle des fêtes  Du parc Xéraco |  | **Boxe Française**  Adultes  Salle des fêtes  Du parc Xéraco |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

COTISATIONS

Cours de Savate Boxe Française –MMA – Self défense\*

Adultes (à partir du lycée-3cours/semaine) : **245€** (licence incluse). Possibilité de payer en trois fois.

Jeunes (jusqu’au collège-2cours/semaine) : **190 €** (licence incluse). Possibilité de payer en trois fois.

**Liste du matériel**

**Boxe Française**

* protège dents ;
* protèges tibia ;
* coquille (pour les hommes et pour les femmes) ;
* gants adaptés à ton poids et mitaines ;
* chaussure (celle de BF ou des baskets classiques mais préférer une semelle assez lisse) ;
* tenue de sport

**Mixed Martial Arts (MMA) et Self-défense**

* protège dents ;
* protèges tibia ;
* coquille (pour les hommes et pour les femmes) ;
* gants de combat libre ;
* tenue de sport ample.