

# Lutte

Alexandre Borg 06 73 29 81 13

Entraîneur Lutte & Renforcement

**Bébés Lutteurs** 3/6 ANS 120 €

**Mercredi** | 14h30 • 15h30

**Mercredi** | 17h • 18h

**Samedi** | 11h45 • 12h30

**Poussins/Benjamins** 120 €

**Mardi** | 18h • 19h

**Mercredi** | 15h45 • 16h45

**Vendredi** | 17h30 • 18h30

**Minimes / Cadets / Juniors**

**Séniors** 170 €

**Mardi** | 19h • 20h

| 20h • 21h (entraînement libre)

**Mercredi** | 18h • 19h15

**Jedi** | 18h30 • 20h30

**Vendredi** | 18h30 • 20h

**Lundi** | PPG 17h30 • 18h30

**Jedi** | PPG 17h30 • 18h30 PPG

**vendredi** | PPG 20h • 21h

**Loisirs** 130 €

**Mardi** | 19h30 • 21h

**Samedi** | 10h • 11h30

# Grappling

Cédric Rivière 06 19 78 17 09

Entraîneur Grappling

**GRAPPLING NO-GI** 170 €

**Lundi** | 18h30 • 20h

**Mercredi** | 19h15 • 20h30

avec 1h de lutte de 18h à 19h15

**Samedi** | 10h • 11h45

**GRAPPLING GI** 170 €

**Lundi** | 20h • 21h30

**Mercredi** | 20h30 • 21h30

**Samedi** | 14h • 16h

# Renforcement Musculaire

**Wrestling Training** 130 €

**Mardi** | 12h30 • 13h15

**Jedi** | 12h30 • 13h15

**Samedi** | 9h • 10h

**Gymnase Colette Besson**  
7 rue de Chanzy 76100 Rouen

Jocelyne Jovenin Présidente

06 80 84 12 09 • jjovenin@gmail.com

Maëva Magnant Secrétaire

maeva.magnant@gmail.com