



FLC COLMAR PLANNING 2026-2027

SALLE BARTHOLDI



FLC COLMAR
SALLE BRANT

PLANNING LUTTE
2026-2027

LUNDI

09h30 - 12h00
TEAM PERFORMANCE

12h30 - 13h30
SPORT SANTÉ
18 ANS ET +

18h30 - 19h45
MMA ACADEMY
15 ans et +



20h00 - 22h00



BOXE 20h00 - 21h00

MMA

21h00 - 22h00

20h00 - 22h00

GRAPPLING
CONFIRMÉ



MARDI

09h30 - 12h00
TEAM PERFORMANCE

20h00 - 22h00



MMA

MERCREDI

09h30 - 12h00
TEAM PERFORMANCE

14h00 - 15h15
MMA ENFANTS
10-15 ANS

15h30 - 16h30
LUTTE ENFANTS
4-6 ANS

18h00 - 19h00
PRÉPARATION
PHYSIQUE
15 ans et +



18h00 - 19h15
MMA ÉVOLUTION
15 ans et +
(sur sélection)



19h00 - 20h00
TECHNIQUE LUTTE
13 ans et + (sur sélection)



20h00 - 22h00



LUTTE + MMA

JEUDI

09h30 - 12h00
TEAM PERFORMANCE

18h30 - 19h45
MMA ACADEMY
15 ans et +



20h00 - 22h00



SPARRING DAY



(sur sélection)

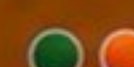
VENDREDI

09h30 - 12h00
TEAM PERFORMANCE

12h00 - 14h00
MUSCULATION
15 ANS ET +

17h30 - 18h40
LUTTE ENFANTS
6-11 ANS

18h45 - 20h00
LUTTE ADOS
11-15 ANS



20h00 - 22h00



BOXE 20h00 - 21h00

MMA

21h00 - 22h00

20h00 - 22h00

LUTTE ADULTE
15 ANS ET +
TOUS NIVEAUX



DÉBUTANT
Accessible et débutant



CONFIRMÉ
Niveau requis



TEAM PERFORMANCE
GROUPE ÉLITE DU CLUB



FLC-Colmar



FLCColmar.com

2 SALLES - 2 LIEUX



SALLE BARTHOLDI

2 Rue Reubell, 68000 Colmar



SALLE BRANT

5 rue Marie-Antoinette Lix, 68000 Colmar

INFORMATIONS



0601867234



flccolmar@gmail.com



FLC-Colmar



FLCColmar.com