



HORAIRES D'ENTRAINEMENT GRACIE BARRA FRIBOURG

Chemin des Rosiers 1, 1700 Fribourg
info@gbfribourg.ch – 079 634 97 46 – gbfribourg.ch

Types de cours	Débutant	Avancé	Tous niveaux	Sans Kimono	Cardio/fitness	
Heures / jours	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
06h00 — 07h00	GB 1+2 (tous niveaux)		GB 1+2 (tous niveaux)		GB 1+2 (tous niveaux)	
09h00 — 10h00						All Kids
10h00 — 11h00						Grappling — NO-GI
11h00 — 12h00						Barra Fit Performance
17h15 — 18h15	Champions 3-5 ans	Champions 6-9 ans	Champions 3-5 ans	Champions 6-9 ans	Grappling NO-GI	
18h15 — 19h15	GB 1 Fundamental (débutant)	Teenager 10-15 ans	Grappling NO-GI	Teenager 10-15 ans	GB 1+2 (tous niveaux)	
19h15 — 20h15	GB 2+3 Advanced (avancé)	GB 1 Fundamental (débutant)	Barra Fit Combat	GB 1 Fundamental (débutant)	Barra Fit Combat	
20h15 — 21h15		Cours libre		Cours libre		