

TARIFS € T.T.C. AU 1^{er} JUIN 2017

Adultes	1 an	6 mois	3 mois	1 mois
1 activité	605 €	495 €	365 €	225 €
2 activités	1065 €	795 €	575 €	325 €
3 activités	1385 €	995 €	725 €	435 €
Ceinture noire	570 €			

Gym	460 €	360 €	280 €	180 €
-----	-------	-------	-------	-------

Étudiants – de 25 ans et chômeurs (sur présentation d'une carte étudiante à jour ou d'une carte ASSÉDIC)

	1 an	6 mois	3 mois
1 activité	540 €	440 €	350 €
2 activités	920 €	700 €	580 €
3 activités	1220 €	940 €	750 €

Juniors moins de 16 ans	1 AN 1 COURS	1 AN 2 COURS	3 MOIS 1 COURS	3 MOIS 2 COURS
1 activité	370 €	510 €	240 €	320 €
2 activités ou 2 enfants	680 €	810 €		
3 ^e enfant et enfants suivants	305 €	375 €		

Pour les arts martiaux
licence obligatoire de 39 €
(pour les plus de 10 ans)

Carnet nominatif de 10 séances : 205 €
1 séance : 22 €

Tennis	495 €
--------	-------

Petite enfance	1 AN	3 MOIS
Gym pour enfant	395 €	270 €

PIÈCES OBLIGATOIRES A FOURNIR :

- 1 photo d'identité
- 1 certificat médical

Tarif annuel = 10 mois
Fermeture : juillet et août

Dojo de Grenelle

Créé en 1970

Métro : Cambronne, Vaugirard, Émile-Zola,
La Motte-Picquet-Grenelle • Lignes 6, 8 et 10 • Bus : 70 - 80 - 88

LE PLUS GRAND COMPLEXE EUROPÉEN D'ARTS MARTIAUX EN PLEIN CŒUR DE PARIS

Dojo de Grenelle

Créé en 1970



HORAIRES SAISON 2017/2018

21-23, rue de l'Amiral-Roussin
75015 Paris

Tél. : 01 43 06 38 87 • Métro : Cambronne, Vaugirard, Émile-Zola, La Motte-Picquet-Grenelle • Bus : 70 - 80 - 88

www.dojodegrenelle.com

LISTE DES ACTIVITÉS

ACTIVITÉS « PETITE ENFANCE »

Gym petite enfance
Baby cirque
Baby danse
Baby karaté

ACTIVITÉS JUNIORS

Aikido
Arts martiaux acrobatiques
Boxe américaine
Boxe anglaise
Boxe française
Boxe thaïlandaise
Capoeira
Cirque - Acrobatie
Danse classique
Danse modern'jazz
Escrime
G.R.S. (Gymnastique Rythmique Sportive)
Hip-Hop
Judo
Karaté Shotokan
Karaté Wado Ryu
Kung-Fu
Penchak Silat
Self-défense
Taekwondo
Tennis
Viet-Vo-Dao

Stages de vacances scolaires

ACTIVITÉS ADULTES

Aikido
Boxe américaine
Boxe anglaise
Boxe thaïlandaise
Boxe chinoise (Sanda)
Boxe française
Danse classique
Danse modern'jazz
Grappling / Luta Livre
Gymnastique traditionnelle
Gymnastique vietnamienne
Judo
Karaté
Krav-Maga
Kung-Fu
M.M.A.
Penchak-Silat
Self-défense
Systema
Taekwondo
Tai-Chi-Chuan
Viet-Vo-Dao
Wing Chun
Zumba

Ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 22 h 30 • Samedi de 8 h 45 à 21 h

www.dojodegrenelle.com

ENFANTS

SAISON 2017-2018

ADULTES

PETITE ENFANCE

GYM PETITE ENFANCE (45 min)

	2 à 3 ans	3 à 4 ans
Mardi	9 h 30	10 h 15
Mercredi	9 h 30	10 h 15
Jeudi	9 h 30	10 h 15
Samedi	9 h 30	8 h 45

BABY DANSE (45 min) 3 ans

Lundi	16 h 45
-------	---------

BABY-KARATÉ (45 min) • 4 à 6 ans

Mardi	16 h 00
-------	---------

CIRQUE-ACROBATIE • 4 à 10 ans

	4 à 6 ans (45 min)	6 ans et plus (1 h)
Jeudi	17 h 00	17 h 45
Samedi	10 h 15	11 h 00

BOXE FRANÇAISE (1 h) • 7 à 16 ans

Mercredi	7/13 ans : 18 h 00
Vendredi	14/18 ans : 20 h 15

BOXE THAÏLANDAISE (1 h) plus de 10 ans

Mardi	18 h 30	Jeudi	18 h 45
-------	---------	-------	---------

KARATÉ (WADO RYU) (1 h) • 6 à 13 ans

Samedi	6 à 9 ans : 12 h 00	10 à 13 ans : 13 h 00
Mardi	16 h 45 (6/7 ans)	17 h 30 (8/13 ans)
Samedi	15 h 00	

KARATÉ (SHOTOKAN) (1 h) • 8 à 13 ans

Samedi	10 h 00
--------	---------

SELF-DÉFENSE ENFANTS (1 h) • 7/18 ans

Lundi	7/14 ans : 18 h 00
Vendredi	15/18 ans : 20 h 30

PENCHAK SILAT ADOS (1 h) • 14 à 18 ans

Vendredi	19 h 00
----------	---------

KUNG-FU (1 h) • 8 à 16 ans

Mercredi		16 h 00	17 h 00
Samedi	14 h 00		

TAEKWONDO (1 h)

	6/9 ans	8/12 ans	10/13 ans	14/16 ans
Lundi	17 h 00			
Mercredi	14 h 00	14 h 00	15 h 00	16 h 00
Vendredi	17 h 00	17 h 00	17 h 00	18 h 00
Samedi	14 h 00	14 h 00	14 h 00	16 h 15

ARTS MARTIAUX ACROBATIQUES (1 h) 8/16 ans

Samedi	16 h 15
--------	---------

VIET-VO-DAO (1 h)

	6/10 ans	10/14 ans	13/16 ans
Mercredi	15 h 00	15 h 00	17 h 00
Vendredi	17 h 15	17 h 15	17 h 15
Samedi	11 h 45		12 h 45

G.R. (Gymnastique Rythmique)

	4/7 ans (45 mn)	8/13 ans (1 h)
Mardi	16 h 00	16 h 45
Vendredi	16 h 00	17 h 00
Samedi		9 h 00

TENNIS (1 h)

	12 h 00	13 h 00	14 h 00	15 h 00
Mercredi	Débutants	Moyens		
Samedi	Débutants	Moyens	Bons	Très bons

CAPOEIRA (1 h) • 8/15 ans

Mercredi	14 h 00
----------	---------

ESCRIME 6/8 ans 9/13 ans

Mercredi	12 h 15 (45 mn)	13 h 00 (1 h)
Samedi	17 h 15 (45 mn)	18 h 00 (1 h)

HIP-HOP (1 h)

Jeudi	17 h 00 (8/10 ans)	18 h 00 (11 ans et +)
Samedi	18 h 00 (6/13 ans)	19 h 00 (13 ans et +)

JUDO (1 h)

	4/6 ans	5/8 ans	6/9 ans	9/13 ans	Ados
Lundi				17 h 00	18 h 00
Mardi		17 h 00	16 h 00	18 h 00	16 h 00
Mercredi	10 h 00	13 h 00	14 h 00	11 h 00	11 h 00
Jeudi		17 h 00		18 h 00	18 h 00
Vendredi	16 h 00	17 h 00		18 h 00	18 h 00
Samedi	11 h 00	14 h 00	12 h 00	13 h 00	15 h 00

DANSE CLASSIQUE (1 h)

	4/6 ans (éveil) (45 min)	6/9 ans	10/13 ans	Ados
Lundi		18 h 00	18 h 00	
Mardi	16 h 00	17 h 00	18 h 00	18 h 00
Mercredi	13 h 00	14 h 15	12 h 00	15 h 00
Jeudi		17 h 00		
Samedi	9 h 30			

MODERN'JAZZ (1 h)

	4 à 6 ans (éveil) (45 min)	6 à 9 ans	8 à 12 ans	10 à 13 ans	13 à 15 ans	Ados
Lundi	17 h 30	18 h 15	17 h 00			
Mercredi			16 h 00	17 h 00	18 h 00	19 h 00
Jeudi				18 h 00	18 h 00	
Samedi	10 h 15	11 h 00				

JUDO (1 h)

Lundi	18 h 00
Samedi	17 h 00

AIKIDO (1 h 30)

Mardi		20 h 30
Jeudi		20 h 30
Samedi	18 h 00	

BOXE AMÉRICAINE (1 h 15)

Mercredi	19 h 15
Vendredi	20 h 45
Samedi	17 h 15

BOXE ANGLAISE (1 h 15)

Mardi	20 h 15
Mercredi	21 h 00
Vendredi	19 h 00

BOXE FRANÇAISE (1 h 15)

Lundi	20 h 15
Mercredi	20 h 30
Vendredi	20 h 15

BOXE THAÏLANDAISE (1 h 15)

Mardi	19 h 30	20 h 30
Jeudi	19 h 45	20 h 45

KRAV-MAGA (1 h 15)

Lundi	19 h 00
Mardi	12 h 30
Mercredi	19 h 00
Jeudi	12 h 30
Vendredi	19 h 00

PENCHAK SILAT (1 h 15)

Mardi	19 h 00	20 h 15 (avancé)
Mercredi	19 h 00	
Jeudi	19 h 00	20 h 15 (avancé)
Samedi		13 h 45 (avancé)

KUNG-FU / SANDA (1 h)

Lundi	19 h 00	
Mercredi	18 h 00	
Jeudi	19 h 00 (avancé)	
Samedi	15 h 00	16 h 00

TAÏ-CHI-CHUAN (1 h)

Mardi	12 h 30
Jeudi	12 h 30

M.M.A. (1 h 30)

Lundi	20 h 15
Vendredi	20 h 30
Samedi	19 h 30

WING CHUN (1 h 15)

Mercredi	18 h 00
Vendredi	19 h 30
Samedi	19 h 00

KARATÉ (SHOTOKAN) (1 h)

Lundi	20 h 00 (tous niveaux)	
Mercredi		20 h 00 (noires)
Vendredi	21 h 00 (tous niveaux)	20 h 00 (noires)
Samedi	10 h 00 (tous niveaux)	11 h 00 (noires)

TAEKWONDO (1 h 15)

Lundi		20 h 15
Mercredi		20 h 15
Jeudi		20 h 15
Samedi	15 h 00	

VIET-VO-DAO (1 h 15)

Mardi		19 h 00
Jeudi		19 h 00
Vendredi	18 h 15	
Samedi	8 h 45	

GYM TRADITIONNELLE (1 h)

Mardi		17 h 45
Mercredi	12 h 00	
Vendredi		18 h 00
Samedi	10 h 00	

SELF-DÉFENSE FÉMININE (1 h 15)

Lundi		19 h 00
Mardi	12 h 30	
Vendredi		19 h 00

GYMNASTIQUE VIETNAMIENNE (1 h)

Mardi	10 h 15
Jeudi	10 h 15

ZUMBA (1 h)

Lundi		19 h 15
Mercredi		20 h 00
Jeudi	12 h 30	

DANSE CLASSIQUE (IGOR) (1 h 30)

Mardi	18 h 45
Samedi	12 h 00

SYSTEMA (1 h 30)

Lundi		21 h 00
Mardi	14 h 30	
Mercredi		21 h 00

GRAPPLING - LUTA LIVRE (1 h 15)

Lundi		19 h 00
Jeudi	12 h 30	
Samedi		18 h 30