

TARIFS € T.T.C. AU 1^{er} JUIN 2018

Abonnement adultes	1 an	6 mois	3 mois	1 mois
1 activité	610 €	500 €	370 €	230 €
2 activités	1080 €	810 €	600 €	340 €
3 activités	1400 €	1010 €	750 €	450 €
Ceinture noire	580 €			

Gym, Zumba, Grappling, Luta Livre, Yoga	470 €	390 €	300 €	200 €
---	-------	-------	-------	-------

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	550 €	450 €	360 €
2 activités	950 €	730 €	600 €
3 activités	1250 €	970 €	750 €

Juniors moins de 16 ans	1 AN 1 COURS	1 AN 2 COURS	3 MOIS 1 COURS	3 MOIS 2 COURS
1 activité	380 €	520 €	250 €	330 €
2 activités ou 2 enfants	690 €	850 €		
3 ^e enfant et enfants suivants	310 €	390 €		

Pour les arts martiaux (pour les plus de 10 ans) licence obligatoire 40 €	
Licence Penchack.....55 €	Carnet nominatif de 10 séances : 210 €
Licence Escrime.....60 €	1 séance : 23 €

Tennis	500 €
---------------	-------

Petite enfance	1 AN	3 MOIS
Gym pour enfant	400 €	280 €

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

Imprierte-Print@wanadoo.fr • 01 43 30 21 17 • tél. 75-417 (2)

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

Dojo de Grenelle

Créé en 1970



HORAIRES SAISON 2018/2019

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

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

www.dojodegrenelle.com

LISTE DES ACTIVITÉS

ACTIVITÉS « PETITE ENFANCE »

Gym petite enfance
Baby cirque
Baby danse
Baby karaté

ACTIVITÉS JUNIORS

Aïkido
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

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

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

www.dojodegrenelle.com

ENFANTS

SAISON 2018-2019

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	8 h 45 et 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	
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		
Mardi	16 h 45 (6/7 ans)	17 h 30 (8/13 ans)
Samedi	6 à 9 ans : 12 h 00	10 à 13 ans : 13 h 00
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	
Mercredi	7/14 ans : 13 h 00	
Vendredi	15/18 ans : 19 h 00	
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		
Jeudi		17 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 (45 mn)	9/13 ans (1 h)	13 ans et + (1 h) confirmés	
Mercredi	11 h 15 - 12 h 00	12 h 00 - 13 h 00	13 h 00 - 14 h 00	
Vendredi	16 h 15 - 17 h 00			
Samedi	17 h 15 - 18 h 00	18 h 00 - 19 h 00		
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)			
Lundi		18 h 00	
Samedi		17 h 00	
AÏKIDO (1 h 30)			
Mardi			20 h 30
Jeudi			20 h 30
Samedi		18 h 00	
BOXE AMÉRICAINNE (1 h 15)			
Mercredi		19 h 15	
Vendredi		19 h 00	
Samedi	17 h 15		
BOXE ANGLAISE - DÉBUTANTS (1 h 15)			
Mardi			20 h 15
Mercredi	18 h 00		
Samedi		18 h 30	
BOXE ANGLAISE - CONFIRMÉS (1 h 15)			
Lundi	20 h 15		
Mercredi			21 h 00
Vendredi		20 h 45	
BOXE FRANÇAISE (1 h 15)			
Lundi		20 h 30	
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 (confirmés)	
Mercredi	19 h 00		
Jeudi	19 h 00	20 h 15 (confirmés)	
Samedi		13 h 45 (confirmés)	
KUNG-FU / SANDA (1 h)			
Lundi		19 h 15	
Jeudi		19 h 00	
Samedi	15 h 00	16 h 00	
TAÏ-CHI-CHUAN (1 h)			
Mardi		12 h 30	
Jeudi		12 h 30	
SAMBO (1 h 30)			
Lundi		19 h 00	
Vendredi		20 h 15	
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 15 (tous niveaux)		
Mercredi		20 h 15 (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
DANSE CLASSIQUE (IGOR) (1 h 30)			
Mardi		18 h 45	
Samedi	12 h 00		
SYSTEMA (1 h 30)			
Lundi			21 h 15
Mardi	14 h 30		
Mercredi			21 h 00
GRAPPLING - LUTA LIVRE (1 h 15)			
Mardi			12 h 30
Jeudi		12 h 30	
YOGA (HATHA YOGA) (1 h 00)			
Lundi		9 h 00 - 10 h 00	
Vendredi		12 h 15 - 13 h 15	

JUDO (1 h)							
	4/6 ans		6/9 ans		9/13 ans		Ados
Lundi				17 h 00		18 h 00	18 h 00
Mardi		17 h 00		16 h 00	18 h 00	16 h 00	18 h 00
Mercredi	10 h 00		13 h 00	14 h 00	11 h 00	12 h 00	15 h 00
Jeudi		17 h 00				18 h 00	18 h 00
Vendredi		16 h 00				17 h 00	18 h 00
Samedi		11 h 00	14 h 00		12 h 00	13 h 00	15 h 00
						16 h 00	17 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				