

TARIFS € T.T.C. AU 1^{er} JUIN 2020

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, Grappling, Luta Livre, Systema	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 qui suivants	310 €	390 €		

Pour les arts martiaux (pour les plus de 10 ans) licence obligatoire . . . 45€
 Licence Penchack 60€
 Licence Escrime 65€

Carnet nominatif de
 10 séances : 210 €
 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

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

Dojo de Grenelle

Créé en 1970



HORAIRES SAISON 2020/2021

21-23, rue de l'Amiral-Roussin
 75015 Paris
 Tél. : 01 43 06 38 87

www.dojodegrenelle.com

Métro : La Motte-Picquet-Grenelle, Cambronne, Vaugirard, Émile-Zola • Bus : 70 - 80 - 88

LISTE DES ACTIVITÉS

ACTIVITÉS << PETITE ENFANCE >>

Gym petite enfance

Baby cirque

Baby danse

Baby karaté

Baby Boxe

ACTIVITÉS JUNIORS

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

Woman Boxing - boxe féminine

Danse classique

Grappling / Luta Livre

Gymnastique traditionnelle

Gymnastique vietnamienne

Judo

Karaté Shotokan

Krav-Maga

Kung-Fu

MMA

Muay Thai Fight

Penchak-Silat (débutants)

Penchak-Silat (confirmés)

Self-défense

Sambo

Taekwondo

Tai-Chi-Chuan,

Viet-Vo-Dao

Wing Chun

Ouvert du lundi au jeudi de 9 h 00 à 23 h 00 •
 Vendredi de 14 h 00 à 23 h 00 • Samedi de 8 h 45 à 22 h 00

www.dojodegrenelle.com

PETITE ENFANCE			
GYM PETITE ENFANCE (45 min)			
1 à 2 ans	2 à 3 ans	3 à 4 ans	
Mardi 10 h 15	9 h 30	10 h 15	
Mercredi 9 h 30	10 h 15	10 h 15	
Jeudi 10 h 15	9 h 30	8 h 45 et 9 h 30	
Samedi 8 h 45 et 9 h 30	8 h 45		
BABY DANSE (45 min) • 3 ans / 4ans			
Lundi 16 h 45			
BABY-KARATÉ (45 min) • 4 à 6 ans			
Mardi 16 h 00			
BABY-BOXE (45 min) • 4 à 6 ans			
Mardi 16 h 00			
CIRQUE-ACROBATIE • 4 à 10 ans			
3 à 6 ans (45 min)		6 ans et plus (1h)	
Jeudi 16 h 45 (3-4 ans)	17 h 45		
Samedi 10 h 15 (4-6 ans)	11 h 00		
ESCRIME 6/8 ans (45min) 9/13 ans (1h) 13 ans et + (1h) confirmés			
Mercredi 11h15	12h00	13h00	
Samedi 17h15	18h00		
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			
G.R. (Gymnastique Rythmique)			
8/13 ans (1 h)			
Samedi 9 h 00			
HIP-HOP (1 h)			
Jeudi 17 h 00 (8/10 ans)	18 h 00 (+11)		
Samedi 17 h 15 (45 min) 9/8 ans	18 h 00 (9/13 ans)	19 h 00 (+13)	

BOXE FRANÇAISE (1 h) • 7 à 16 ans			
Mardi 7/13 ans : 16 h 45			
Mercredi 7/13 ans : 18 h 00			
Vendredi 14/18 ans : 20 h 30			
BOXE THAÏLANDAISE (1 h) • plus de 10 ans			
Mardi 18 h 30	Jeudi 18 h 45		
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
BOXE ANGLAISE ADOS (1 h) • 13/18 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	12 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			
PENCHACK SILAT ADOS (1 h) • 14 à 18 ans			
Vendredi 19 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 19 h 15			
Samedi 17 h 15			
BOXE ANGLAISE - DÉBUTANTS (1 h 15)			
Mardi 20 h 15			
Mercredi 18 h 00	20 h 15		
Samedi 18 h 30			
BOXE ANGLAISE - CONFIRMÉS (1 h 15)			
Lundi 20 h 30			
Mercredi 21 h 15			
Vendredi 20 h 45			
BOXE FRANÇAISE (1 h 15)			
Lundi 20 h 30			
Mercredi 20 h 30			
Vendredi 20 h 30			
BOXE THAÏLANDAISE (1 h 15)			
Mardi 19 h 30	20 h 45		
Jeudi 19 h 45	21 h 00		
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			
PENCHACK 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 00			
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 (confirmés)			
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			
Samedi 10 h 00			
GYMNASTIQUE VIETNAMIENNE (1 h)			
Mardi 10 h 15			
Jeudi 10 h 15			
DANSE CLASSIQUE (IGOR) (1 h 30)			
Mardi 18 h 45			
Samedi 12 h 00			
SELF-DÉFENSE FÉMININE (1 h 15)			
Lundi 19 h 00			
Mardi 12 h 30			
Vendredi 19 h 00			
WOMAN BOXING - BOXE FÉMININE (1 h 15)			
Lundi 19 h 15			
Mercredi 20 h 00			
Vendredi 18 h 15 (1h)			
MUAY THAI FIGHT (1 h 15)			
Lundi 11 h 00	12 h 15		
Vendredi 11 h 00	12 h 15		
GRAPPLING - LUTA LIVRE (1 h 15)			
Mardi 12 h 30			
Jeudi 12 h 30			
MMA (1 h 30)			
Lundi 21 h 45			
Mardi 21 h 30			
Jeudi 21 h 30			

