

TARIFS € T.T.C. AU 1^{er} JUIN 2021

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 €			
Boxe Féminine	500 €	420 €	330 €	230 €
Gym, Grappling, Luta Livre	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	560 €	460 €	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 €	530 €	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 obligatoire45€
 Licence Penchack60€
 Licence Escrime65€

Carnet nominatif de
 10 séances : 210 €
 1 séance : 23 €

Tennis

500 €

Petite enfance

1 AN

3 MOIS

Gym pour enfant

400 €

280 €

Dojo de Grenelle
 Créé en 1970

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

PIÈCES OBLIGATOIRES A FOURNIR :
 I photo d'identité (pour les adultes)
 I certificat médical

Tarif annuel = 10 mois
 Fermeture : juillet et août

Dojo de Grenelle
 Créé en 1970

**HORAIRES SAISON 2021/2022**

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 (Gymnastique Rythmique)

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

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

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

ENFANTS

SAISON 2021-2022

ADULTES

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		
Mercredi		9 h 30	10 h 15	
Jeudi	10 h 15	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 (45 min)		
Jeudi	16 h 45 (3-4 ans)	17 h 45		
Samedi	10 h 15 (4-6 ans)	11 h 00		
ESCRIME 6 ans et + (1h) Débutants 9 ans et + (1h) Confirmés				
Mercredi	11h00	12h00		
Samedi	17h00	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			
BOXE THAÏLANDAISE (1 h)				
Mardi	18 h 30	10 ans et plus		
Mercredi	13 h 00	7 ans et plus		
Jeudi	18 h 45	10 et plus		

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			
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				
Mercredi	18 h 00			
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		
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			
HIP-HOP (1 h)				
Jeudi	17 h 00 (8/10 ans)		18 h 00 (+11)	
Samedi	17 h 15 (45 min/6 à 8 ans)	18 h 00 (9/13 ans)	19 h 00 (+13)	

JUDO (1 h)		
Lundi	18 h 00	
Samedi	17 h 00	
BOXE AMÉRICAINE (1 h 15)		
Mercredi	19 h 15	
Samedi	17 h 15	
BOXE ANGLAISE - DÉBUTANTS (1 h 15)		
Mardi	20 h 15	
Vendredi	19 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 30 (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
TAI-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			18 h 00
Mercredi			12 h 00
Samedi	10 h 00		
GYMNASTIQUE VIETNAMIENNE (1 h)			
Mardi	10 h 00		
Jeudi	10 h 00		
DANSE CLASSIQUE (IGOR) (1 h 30)			
Mardi			19 h 00
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		
GRAPPLING - LUTA LIVRE (1 h 15)			
Lundi	12 h 30		
Jeudi	12 h 30		
MMA (1 h 30)			
Mardi	20 h 30		
Jeudi	20 h 30		
Samedi	18 h 00		

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	18 h 00
Mercredi	10 h 00	13 h 00	14 h 00	11 h 00	12 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)		6/10 ans	10/13 ans	+13 ans
Lundi			18 h 00	18 h 00	
Mardi	16 h 00		17 h 00	17 h 00	
Mercredi	13 h 00	14 h 15	12 h 00	15h 00 : BALLET	
Jeudi			17 h 00		
Samedi	9 h 30				
MODERN JAZZ (1 h)					
	4 à 6 ans (éveil) (45 min)	6 à 10 ans	8 à 12 ans	10 à 13 ans	13 à 15 ans
Lundi	17 h 30 (5/7 ans)	18 h 15 (8 ans et +)	17 h 00		
Mercredi			16 h 00	17 h 00	18 h 00
Jeudi				18 h 00	18 h 00
Vendredi			16 h 00	17 h 00	
Samedi	10 h 15	11 h 00			

