

TARIFS € T.T.C. AU 1^{er} JANVIER 2025

Abonnement adultes

	1 an	6 mois	3 mois	1 mois
1 activité	680 €	560 €	440 €	280 €
2 activités	1225 €	910 €	695 €	430 €
3 activités	1545 €	1140 €	865 €	515 €
Ceinture noire	635 €			
Boxe Féminine	565 €	485 €	380 €	280 €
Gym	535 €	440 €	350 €	250 €

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	620 €	515 €	410 €
2 activités	1090 €	835 €	660 €
3 activités	1400 €	1090 €	845 €

Juniors moins de 16 ans

	1 AN 1 COURS	1 AN 2 COURS	3 MOIS 1 COURS	3 MOIS 2 COURS
1 activité	430 €	610 €	310 €	400 €
2 activités ou 2 enfants	770 €	1050 €		
3 ^e enfant et enfants suivants	350 €	450 €		

Pour les arts martiaux (pour les plus de 10 ans) licence obligatoire45€
 Licence Penckach60€
 Licence Escrime65€

Carnet nominatif de
 20 séances : 400 €
 10 séances : 220 €
 1 séance : 25 €

Tennis

570 €

Petite enfance

	1 AN	3 MOIS
Gym pour enfant	450 €	350 €

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

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 2025/2026

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 »

Baby Gym
 Baby cirque
 Baby danse
 Baby karaté

ACTIVITÉS JUNIORS

Boxe américaine
 Boxe anglaise débutants
 Boxe anglaise pour tous
 Boxe française
 Boxe thaïlandaise
 Breakdance
 Capoeira
 Cirque - Acrobatie
 Danse classique
 Danse modern jazz
 Escrime
 G.R. (Gymnastique Rythmique)
 Hip-Hop
 Judo
 Jiu Jitsu Brésilien (JJB) Kids-Ados
 Karaté Shotokan
 Karaté Wado Ryu
 Kung-Fu
 MMA Kids (Educatifs)
 MMA Ados (Educatifs)
 Self-défense
 Taekwondo
 Tennis
 Viet-Vo-Dao
 Stages de vacances scolaires

ACTIVITÉS ADULTES

Boxe anglaise (débutants)
 Boxe anglaise (pour tous)
 Boxe thaïlandaise
 Boxe chinoise (Sanda)
 Boxe française
 Woman Boxing - Boxe féminine
 Danse classique (confirmés)
 Gymnastique traditionnelle
 Gymnastique intégrale
 Jiu Jitsu Brésilien (JJB)
 Judo
 Karaté Shotokan
 Kick Boxing
 Krav-Maga
 Kung-Fu
 MMA - JJB
 MMA Training
 Self-défense
 Taekwondo
 Tai-Chi-Chuan
 Tennis
 Viet-Vo-Dao
 Stages

CODE D'ACCÈS AU CLUB **3541**

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 20 h 30

www.dojodegrenelle.com

ENFANTS

PETITE ENFANCE			
GYM PETITE ENFANCE (45 min)			
2 à 3 ans			
Mercredi	9 h 30	3 à 4 ans	10 h 15
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		
CIRQUE-ACROBATIE • 4 à 10 ans			
3 à 6 ans		5-6 ans et plus	
Mercredi	9 h 00	9 h 45 (5-9 ans) (1h)	
Jeudi	16 h 45 (3-4 ans) (45 min)	17 h 30 (1h)	
Samedi	10 h 15 (4-6 ans) (45 min)	11 h 00 (1h)	
TENNIS (1h)			
12 h 00		13 h 00	14 h 00
Mercredi	Débutants	Moyens	15 h 00
Samedi	Débutants	Moyens	Bons Très bons

CAPOEIRA (1h) • 8/15 ans			
Mercredi	14 h 00		
G.R. (Gymnastique Rythmique) 8/13 ans (1h)			
Samedi 9 h 00			
JIU JITSU BRÉSILIEN KIDS - ADOS (1h) • 8-13 ans)			
Mercredi	15 h 00		
MMA KIDS - ADOS (Educatif)			
10/13 ans		13/18 ans	
Lundi	18 h 00 (1h)	19 h 00 (1 h 15)	
Mercredi	18 h 00 (1h)	19 h 00 (1 h 15)	
BOXE THAÏLANDAISE (1h)			
Mardi	18 h 30	10 ans et plus	
Jeudi	18 h 30	10 ans et plus	
BOXE ANGLAISE ADOS (1h) • 13/18 ans			
Mercredi	18 h 00 et 19 h 00		
Vendredi	19 h 00		
Samedi	16 h 00		

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

DANSE CLASSIQUE (1h)							
4/6 ans (éveil)		6/10 ans		10/13 ans		+13 ans	
Lundi		17 h 00		17 h 45	17 h 45		
Mardi			13 h 00	17 h 00	18 h 00	18 h 00	18 h 00
Mercredi	12 h 00	14 h 00		15 h 00	16 h 00	16 h 00	16 h 00
Jeudi				17 h 00			
Samedi	9 h 30						

MODERN JAZZ (1h)				
4 à 6 ans (éveil)		6 à 10 ans		+13 ans
Lundi	17 h 30 (5/7 ans)	18 h 15 (8 ans et +)		
Mercredi		17 h 00		18 h 00
Jeudi				18 h 00
Samedi	10 h 15	11h 00		

BOXE FRANÇAISE (1h)	
Mardi	6/13 ans : 16 h 45
Mercredi	6/13 ans : 18 h 00
Vendredi	14/18 ans : 20 h 30

KUNG-FU (1h) • 8 à 16 ans		
Mercredi	16 h 00	
Samedi	14 h 00	

TAEKWONDO (1h)				
6/9 ans		8/12 ans		10/13 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

VIET-VO-DAO (1h)			
6/10 ans		10/14 ans	
Vendredi	17 h 00	17 h 00	
Samedi	12 h 00	13 h 00	

KARATÉ (WADO RYU) (1h) • 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		
Samedi	10 à 13 ans : 13 h 00		
Samedi	15 h 00		

KARATÉ (SHOTOKAN) (1h) • 8 à 13 ans	
Samedi	10 h 00

SELF-DÉFENSE ENFANTS (1h)			
Lundi	6/14 ans : 18 h 00		
Mercredi	6/14 ans : 13 h 00		
Vendredi	10/14 ans : 18 h 00		
Vendredi	15/18 ans : 19 h 00		

BOXE ANGLAISE KIDS (1h) • 8 à 12 ans	
Mercredi	17 h 00

HIP-HOP			
Samedi	17h15 (45 min)	18h00	19h00
	6/8 ans	(9/13) ans	(+13 ans)

BREAKDANCE		
Jeudi	17h00	18h00

TENNIS (1h)	
Samedi	16 h 00

JUDO (1h)	
Mardi	18 h 00
Samedi	17 h 00

KICK BOXING (1h 15)		
Jeudi		20 h 15
Samedi	17 h 15	

BOXE ANGLAISE - DÉBUTANTS (1 h 15)		
Mardi	20 h 15	
Mercredi	19 h 00	
Samedi	18 h 30	12 h 00

BOXE ANGLAISE - POUR TOUS (1 h 15)		
Lundi	20 h 30	
Mercredi	21h 15	
Vendredi	20 h 00	

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 30	20 h 45	

KRAV-MAGA (1 h 15)		
Lundi	19 h 00	
Mardi	12 h 30	
Mercredi	19 h 00	
Jeudi	12 h 30	19 h 00
Vendredi	19 h 00	

KUNG-FU / SANDA (1h)		
Lundi	19 h 00	
Jeudi	19 h 00	
Samedi	15 h 00	16 h 00

TAÏ-CHI-CHUAN (1h)		
Mardi	12 h 30	
Jeudi	12 h 30	

KARATÉ (SHOTOKAN) (1h)		
Lundi	20 h 00 (tous niveaux)	
Mercredi		20 h 15 (noires)
Vendredi	21h 00 (tous niveaux)	20 h 00 (noires)
Samedi	10 h 00 (tous niveaux)	11h 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 00	
Samedi	8 h 45	

GYM TRADITIONNELLE (1h)		
Mardi	18 h 00	
Mercredi	12 h 00	
Samedi	14 h 00	

GYMNASTIQUE INTÉGRALE (1h)		
Mardi	10 h 00	
Jeudi	10 h 00	

DANSE CLASSIQUE (CONFIRMÉS) (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	

MMA TRAINING (1 h 30)		
Mardi	19 h 00	
Jeudi	19 h 00	
Vendredi	20 h 15	

MMA - JJB (1 h 30)		
Mardi	20 h 30	
Jeudi	20 h 30	
Samedi	18 h 00	



Dojo de Grenelle