

TARIFS € T.T.C. AU 1^{er} JUIN 2026

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 €			
Tai Chi	680 €* 730 €**	*cours le mardi et jeudi **avec cours supplémentaire le vendredi		

Boxe Féminine	565 €	485 €	380 €	280 €
Gym	535 €	440 €	350 €	250 €

Étudiants - de 25 ans et chômeurs (avec carte étudiante et/ou carte ASSEDEC)	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	800 €	1090 €		
3 ^e enfant et enfants suivants	350 €	450 €		

Pour les arts martiaux (pour les plus de 10 ans) licence obligatoire47€

Carnet nominatif de
20 séances : 420 €
10 séances : 230 €
1 séance : 25 €

Tennis	570 €
Petite enfance	
Baby Gym	450 € 350 €

PIÈCES OBLIGATOIRES A FOURNIR :
1 photo d'identité (pour les adultes)
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 2026/2027

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 karaté
Mini danse
Mini Tennis

ACTIVITÉS JUNIORS

Boxe américaine
Boxe anglaise débutants
Boxe anglaise pour tous
Boxe française
Boxe thaïlandaise
Breakdance (Hip-Hop)
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

Ouvert du lundi au jeudi de 9 h 00 à 23 h 00 - Vendredi de 12 h 00 à 22 h 30
Samedi de 8 h 45 à 20 h 30

www.dojodegrenelle.com

ENFANTS

SAISON 2026-2027

ADULTES

PETITE ENFANCE			
GYM PETITE ENFANCE (45 min)			
	2 à 3 ans	3 à 4 ans	
Mercredi	9 h 30	10 h 15	
Samedi	8 h 45 et 9 h 30	8 h 45	
MINI DANSE (45 min) • 4 ans / 5 ans			
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 15 h 00
Mercredi	<small>Mini-Tennis 4-6 ans</small>	Moyens	
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		

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 17 h 00		
Samedi	14 h 00		

TAEKWONDO (1h)			
	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

VIET-VO-DAO (1h)			
	6/10 ans	10/14 ans	13/16 ans
Vendredi	17 h 00	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	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	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 (9/13 ans)	19h00 (+13 ans)

BREAKDANCE (HIP-HOP)			
Jeudi	16h00 (6-10 ans)	17h00 (10-15 ans)	

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	16 h 00	18 h 00	16 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	16 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		
Samedi	10 h 00	11 h 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)						
	6/10 ans			10/13 ans	+13 ans	
Lundi			17 h 00	17 h 45	17 h 45	
Mardi				17 h 00	18 h 00	18 h 00
Mercredi	14 h 00		13 h 00	15 h 00	16 h 00	16 h 00
Jeudi				17 h 00		
Samedi	9 h 30					

MODERN JAZZ (1h)						
Lundi	16 h 45 (4-5 ans)	17 h 30 (6/7 ans)	18 h 15 (8 ans-10)			
Mercredi				17 h 00 (8-12 ans)		18h00 (+13ans)
Jeudi					18 h 00 (10à13 ans)	18h00 (+13ans)
Samedi		10 h 15 (4-6 ans)	11 h 00 (6-10 ans)			

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

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
Vendredi	19 h 00

KUNG-FU / SANDA (1h et 1h15)	
Lundi (1h15)	19 h 00
Jeudi (1h)	19 h 00
Samedi (1h)	15 h 00 16 h 00

TAÏ-CHI-CHUAN (1h)	
Mardi	12 h 30
Jeudi	12 h 30
Vendredi	12h30

KARATÉ (SHOTOKAN) (1h)			
Lundi	20 h 15 (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