

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

PLANNING

SAISON 2022-2023

COACHING • COURS PARTICULIERS • SUR RÉSERVATION 08:00 - 12:30

BOXE ANGLAISE	LADY BOXING	KICK BOXING	LADY BOXING	BOXE ANGLAISE	KICK BOXING
12:30 13:30	12:30 13:30	12:30 13:30	12:30 13:30	12:30 13:30	12:30 13:30

FERMETURE DE 13:30 À 15:30

FERMETURE DE 13:30 À 15:30

COACHING • COURS PARTICULIERS SUR RÉSERVATION 15:30 - 18:00	CAPOEIRA KIDS	COACHING • COURS PARTICULIERS SUR RÉSERVATION 15:30 - 18:00
	5+ 15:30 17:00	

		KARATÉ KIDS	BOXING KIDS		BOXE COMPÉTITEURS MISE DE GANTS		
		4+ 17:00 18:00	6+ 17:00 18:00		★ 17:00 18:15		
BOXE THAI	KRAV MAGA	★ 17:15 18:15	KRAV MAGA	KRAV MAGA	BOXE ANGLAISE	BOXE THAI	BOXE THAI
18:00 19:15	18:00 19:00	18:00 19:00	18:00 19:00	18:00 19:00	18:15 19:30	17:30 18:30	★ 17:30 18:30
LADY BOXING	KRAV MAGA	18:15 19:15	JIU JITSU BRÉSILIEN	KRAV MAGA	KRAV MAGA ÉLITE	MMA	MMA
19:30 20:30	19:00 20:15	MMA TOUS NIVEAUX	19:00 20:30	19:00 20:00	19:00 20:00	★ 16+ 18:30 19:45	16+ 18:30 19:45
CAPOEIRA	KYOKUSHIN KARATÉ	KARATÉ SHOTOKAN	PENCHAK SILAT	KRAV MAGA	JIU JITSU BRÉSILIEN		
20:30 21:45	20:15 21:45	20:30 21:45	20:30 22:00	20:00 21:15	16+ 20:00 21:30		
		KYOKUSHIN KARATÉ			PENCHAK SILAT		
		20:15 21:45			20:30 22:00		

BOXE COMPÉTITEURS FRACTIONNE SACS
★ 10:00 11:00

KARATÉ KIDS	KRAV KIDS
4+ 6+ 10:00 11:00	6+ 10:00 11:15

CAPOEIRA KIDS
5+ 11:30 12:30

BOXING KIDS
6+ 11:00 12:00

KARATÉ SHOTOKAN	KRAV MAGA
11:00 12:15	ADO 11:15 12:15

OPEN MAT JIU JITSU BRÉSILIEN
16+ 12:30 14:30

BOXE ANGLAISE
12:00 13:30

BOXE THAI	KRAV MAGA
12:15 13:30	12:30 13:30

CAPOEIRA
15:00 16:30

KYOKUSHIN KARATÉ
15:15 16:45

A SALLE B

BOXE THAI	BOXE THAI
17:30 18:30	★ 17:30 18:30
MMA	MMA
★ 16+ 18:30 19:45	16+ 18:30 19:45



MACCABIPARIS.COM
70, RUE RENÉ BOULANGER, 75010 PARIS
01.53.19.18.82

A SALLE B A SALLE B A SALLE B A SALLE B A SALLE B

- 4+ A partir de 4 ans
- 5+ A partir de 5 ans
- 6+ A partir de 6 ans
- ADO Adolescents uniquement
- 16+ À partir de 16 ans
- Débutants Ados / Adultes
- Adultes uniquement
- Ceintures Marron / Noires
- ★ Compétiteurs / Avancés