

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

PLANNING

SAISON 2022-2023

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

BOXE ANGLAISE	MMA	LADY BOXING	KICK BOXING	LADY BOXING	BOXE ANGLAISE	KICK BOXING
12:30 13:30	16+ 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	

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

BOXE COMPÉTITEURS FRACTIONNE SACS		KARATÉ KIDS	KRAV KIDS
★ 10:00 11:00		4+ 6+ 10:00 11:00	6+ 10:00 11:15
BOXING KIDS	CAPOEIRA KIDS	KARATÉ SHOTOKAN	KRAV MAGA
6+ 11:00 12:00		11:00 12:15	11:15 12:15
BOXE ANGLAISE	5+ 11:15 12:30	BOXE THAI	KRAV MAGA
12:00 13:30		12:15 13:15	12:30 13:30
	JIU JITSU BRÉSILIEN	BOXE THAI	
	16+ 12:30 13:30	★ 13:15 14:15	
	OPEN MAT JIU JITSU BRÉSILIEN	MMA COMPÉTITEURS	
	16+ 13:30 15:30	★ 16+ 14:30 15:45	
CAPOEIRA	KYOKUSHIN KARATÉ		
15:00 16:30	15:30 17:00		

A SALLE B



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