

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

JIU JITSU BRÉSILIEN ● 07:30 ● 08:30		COACHING • COURS PARTICULIERS SUR RÉSERVATION 08:00 - 12:30								JIU JITSU BRÉSILIEN ● 07:30 ● 08:30		BOXE COMPÉTITEURS FRACTIONNE SACS ○ 10:00 ○ 11:00		MMA ADOS ● 10:00 ● 11:00		KARATÉ SHOTOKAN ● 11:00 ● 12:15		KRAV MAGA ● 11:15 ● 12:15									
FORFAIT ILLIMITÉ À TOUTES LES DISCIPLINES (UN COURS PAR JOUR MAXIMUM)																											
BOXE ANGLAISE ● 12:30 ● 13:30		MMA ● 16+ 12:30 ● 13:30		BOXE THAI ● 12:30 ● 13:30		KRAV MAGA ● 12:30 ● 13:30		GRAPPLING ● 12:30 ● 13:30		KICK BOXING ● 12:30 ● 13:30		MMA ● 16+ 12:30 ● 13:30		BOXE ANGLAISE ● 12:30 ● 13:30		GRAPPLING ★ 12:30 ★ 13:30		KICK BOXING ● 12:30 ● 13:30		BOXE ANGLAISE ● 12:00 ● 13:00		JIU JITSU BRÉSILIEN ● 12:30 ● 13:30		BOXE THAI ● 12:15 ● 13:15		KRAV MAGA ● 12:30 ● 13:30	
FERMETURE DE 13:30 À 15:30																											
COACHING • COURS PARTICULIERS SUR RÉSERVATION 15:30 - 18:00																											
FORFAIT ILLIMITÉ À TOUTES LES DISCIPLINES (UN COURS PAR JOUR MAXIMUM)																											
KRAV MAGA ● 18:00 ● 19:00		BOXE THAI ● 17:45 ● 19:00		MMA ● 16+ 18:00 ● 19:00		BOXE ANGLAISE ★ 17:15 ★ 18:15		MMA ADOS ● 17:00 ● 18:00		BOXE COMPÉTITEURS MISE DE GANTS ○ 17:00 ○ 18:00		KRAV MAGA ● 18:00 ● 19:00		BOXE ANGLAISE ● 18:00 ● 19:00		BOXE THAI ● 17:30 ● 18:30		BOXE THAI ★ 17:30 ★ 18:30		CAPOEIRA ● 15:00 ● 16:30		OPEN MAT JIU JITSU BRÉSILIEN ● 16+ 13:30 ● 15:30		GRAPPLING ● 14:30 ● 15:45		KRAV MAGA ÉLITE ● 13:30 ● 14:30	
LADY BOXING ● 19:30 ● 20:30		KRAV MAGA ● 19:00 ● 20:15		JIU JITSU BRÉSILIEN COMPÉTITEURS ○ 19:00 ○ 20:30		MMA ● 16+ 19:15 ● 20:30		KARATÉ SHOTOKAN ● 19:00 ● 20:15		KRAV MAGA ● 19:00 ● 20:00		LADY BOXING ● 19:30 ● 20:30		BOXE ANGLAISE ★ 19:00 ★ 20:00		MMA ★ 16+ 18:30 ★ 19:45		MMA ● 16+ 18:30 ● 19:45		KYOKUSHIN KARATÉ ● 15:30 ● 17:00		A SALLE B		A SALLE B		A SALLE B	
CAPOEIRA ● 20:30 ● 21:45		KYOKUSHIN KARATÉ ● 20:15 ● 21:45		PENCHAK SILAT ● 20:30 ● 22:00		BOXE THAI ● 20:30 ● 21:45		KYOKUSHIN KARATÉ ● 20:15 ● 21:45		KRAV MAGA ● 20:00 ● 21:15		LADY BOXING ● 19:30 ● 20:30		JIU JITSU BRÉSILIEN ● 16+ 20:00 ● 21:30		PENCHAK SILAT ● 20:30 ● 22:00											
A SALLE B		A SALLE B		A SALLE B		A SALLE B		A SALLE B		A SALLE B		A SALLE B		A SALLE B		A SALLE B		A SALLE B		A SALLE B		A SALLE B		A SALLE B		A SALLE B	

PLANNING  
2024 - 2025  
**maccabi**  
PARIS MARTIAL ARTS  
70, RUE RENÉ BOULANGER, 75010 PARIS  
01.53.19.18.82

● 16+ À partir de 16 ans   ● Adultes uniquement   ● Tous niveaux   ● Débutants Ados / Adultes   ● Ceintures Marron / Noires   ● Niveau avancé   ● Compétiteurs