

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

|                                                                                       |  |                                                                |  |                                                            |  |                                         |  |                                                                |  |                                                           |  |                                                             |  |                                                |  |                                             |  |                                  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------|--|---------------------------------------------|--|----------------------------------|--|
| JIU JITSU BRÉSILIEN<br>● 07:15<br>08:30                                               |  | COACHING • COURS PARTICULIERS<br>SUR RÉSERVATION 08:00 - 12:30 |  |                                                            |  | JIU JITSU BRÉSILIEN<br>● 07:30<br>08:30 |  | COACHING • COURS PARTICULIERS<br>SUR RÉSERVATION 08:00 - 12:30 |  |                                                           |  | BOXE<br>COMPÉTITEURS<br>FRACTIONNE SACS<br>○ 10:00<br>11:00 |  | MMA<br>ADOS<br>● 10:00<br>11:00                |  | KARATÉ<br>SHOTOKAN<br>● 11:00<br>12:30      |  | KRAV<br>MAGA<br>● 11:15<br>12:15 |  |
| BOXE ANGLAISE<br>● 12:30<br>13:30                                                     |  | MMA<br>● 16+ 12:30<br>13:30                                    |  | BOXE THAI<br>● 12:30<br>13:30                              |  | KRAV<br>MAGA<br>● 12:30<br>13:30        |  | GRAPPLING<br>● 12:30<br>13:30                                  |  | KICK<br>BOXING<br>● 12:30<br>13:30                        |  | MMA<br>● 16+ 12:30<br>13:30                                 |  | BOXE ANGLAISE<br>● 12:30<br>13:30              |  | ★ 12:30<br>13:30                            |  | ● 12:30<br>13:30                 |  |
| FERMETURE DE 13:30 À 15:30                                                            |  |                                                                |  |                                                            |  |                                         |  |                                                                |  |                                                           |  |                                                             |  |                                                |  |                                             |  |                                  |  |
| COACHING • COURS PARTICULIERS SUR RÉSERVATION 15:30 - 18:00                           |  |                                                                |  |                                                            |  |                                         |  |                                                                |  |                                                           |  |                                                             |  |                                                |  |                                             |  |                                  |  |
| FORFAIT ILLIMITÉ À TOUTES LES DISCIPLINES (JUSQU'À 2 COURS PAR JOUR, NON CONSÉCUTIFS) |  |                                                                |  |                                                            |  |                                         |  |                                                                |  |                                                           |  |                                                             |  |                                                |  |                                             |  |                                  |  |
| KRAV<br>MAGA<br>● 18:00<br>19:00                                                      |  | BOXE THAI<br>● 17:45<br>19:00                                  |  | GRAPPLING<br>● 17:45<br>19:00                              |  | BOXE ANGLAISE<br>★ 17:15<br>18:15       |  | MMA<br>ADOS<br>● 17:00<br>18:00                                |  | BOXE<br>COMPÉTITEURS<br>MISE DE GANTS<br>○ 17:00<br>18:00 |  | KRAV<br>MAGA<br>● 18:00<br>19:00                            |  | BOXE<br>ADOS<br>● 18:00<br>19:00               |  | BOXE THAI<br>● 17:30<br>18:30               |  | BOXE THAI<br>★ 17:30<br>18:30    |  |
| LADY<br>BOXING<br>● 19:30<br>20:30                                                    |  | KRAV<br>MAGA<br>★ 19:00<br>20:15                               |  | JIU JITSU<br>BRÉSILIEN<br>COMPÉTITEURS<br>○ 19:00<br>20:30 |  | MMA<br>● 19:15<br>20:30                 |  | KARATÉ<br>SHOTOKAN<br>● 19:00<br>20:30                         |  | KRAV<br>MAGA<br>● 19:00<br>20:00                          |  | LADY<br>BOXING<br>● 19:30<br>20:30                          |  | BOXE<br>ANGLAISE<br>★ 19:00<br>20:00           |  | MMA<br>COMPÉTITEURS<br>○ 16+ 18:30<br>19:45 |  | BOXE THAI<br>● 17:30<br>18:30    |  |
| CAPOEIRA<br>● 20:30<br>21:45                                                          |  | KYOKUSHIN<br>KARATÉ<br>● 20:15<br>21:45                        |  | PENCHAK<br>SILAT<br>● 20:30<br>22:00                       |  | BOXE THAI<br>● 20:30<br>21:45           |  | KYOKUSHIN<br>KARATÉ<br>● 20:30<br>22:00                        |  | KRAV<br>MAGA<br>● 20:00<br>21:15                          |  | PENCHAK<br>SILAT<br>● 20:30<br>22:00                        |  | JIU JITSU<br>BRÉSILIEN<br>● 16+ 20:00<br>21:30 |  | BOXE ANGLAISE<br>● 19:45<br>21:00           |  | TOLPAR<br>● 20:00<br>21:30       |  |
| 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  
2025 - 2026  
maccabi  
PARIS MARTIAL ARTS  
70, RUE RENÉ BOULANGER, 75010 PARIS

A SALLE B

PLANNING  
2025 - 2026

maccabi

PARIS MARTIAL ARTS

70, RUE RENÉ BOULANGER, 75010 PARIS  
09.56.37.60.12

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

PETITEURS



18:30

19:45