

PLANNING 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI		JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE (et jour férié)				
7H00	JJB	Fermé	JJB		Fermé	JJB	Fermé	Fermé				
7H30												
8H00	COURS PARTICULIER		Fermé			COURS PARTICULIER						
8H30												
9H00												
9H30												
10H00	NO-GI AVANCE	NO-GI AVANCE	OPEN	MAT	NO-GI AVANCE	NO-GI AVANCE	JJB 3-6 ans	OPEN	MAT			
10H30			JJB	NO-GI			JJB 7-11 ans					
11H00			NO-GI				JJB 12-15 ans					
11H30												
12H00								JJB	NO-GI			
12H30	JJB	JJB	YOGA		JJB	JJB		Fermé				
13H00												
13H30	COURS PARTICULIER	COURS PARTICULIER			COURS PARTICULIER	COURS PARTICULIER						
14H00			JJB 7- 11 ans				JJB					
14H30			JJB 12- 15 ans									
15H00												
15H30												
16H00			MMA 12-15 ans				MMA SPARRING					
16H30												
17H00												
17H30												
18H00	JJB	NO-GI	NO-GI		JJB	JJB	Fermé					
18H30												
19H00												
19H30												
20H00	MMA	JJB	MMA		NO-GI	MMA						
20H30												
21H00												
21H30	Fermé											

Fermeture annuelle :

Du 24/12 au 31/12 inclus

Du 23/06 au 30/06 inclus

PLANNING ETE
du 01/07 au 31/08

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE (et jour férié)	
10H00	MMA	OPEN MAT JJB	Fermé	OPEN MAT JJB	MMA	OPEN MAT NO-GI	Fermé	
10H30								
11H00								
11H30								
12H00								
12H30	JJB	NO-GI		NO-GI	JJB			
13H00	COURS PARTICULIER	COURS PARTICULIER	MMA SPARRING			OPEN MAT JJB		
13H30								
14H00								
14H30								
15H00								
15H30								
16H00								OPEN MAT MMA
16H30								
17H00								
17H30								
18H00	NO-GI	JJB	OPEN MAT NO-GI	JJB	NO-GI	Fermé		
18H30								
19H00								
19H30								
20H00	Fermé							