

PLANNING 2026

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