

PLANNING 2025 - 2026

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