

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
07h00 Cours Privés Tous Niveaux	07h00 Cours Privés Tous Niveaux	07h00 Cours Privés Tous Niveaux	07h00 Cours Privés Tous Niveaux	07h0 Cours Privés Tous Niveaux	07h00 Cours Privés Tous Niveaux
Open-Mat Réservation 10h	Open-Mat Réservation 10h	Open-Mat Réservation 10h	Open-Mat Réservation 10h	Open-Mat Réservation 10h	Open-Mat Résa 10h
Grappling / Jiu-Jitsu No-Gi 12h30-13h30	Boxe Pao 12h30-13h30	Grappling Fight (MMA Français) 12h30-13h30	Jiu-Jitsu Brésilien 12h30-13h30	Grappling Fight (MMA Français) 12h30-13h30	JJB Kids 11h30-12h30
Open-Mat sur Réservation Cours Privés Tous Niveaux	Open-Mat sur Réservation Cours Privés Tous Niveaux	Open-Mat sur Réservation Cours Privés Tous Niveaux	Open-Mat sur Réservation Cours Privés Tous Niveaux	Open-Mat sur Réservation Cours Privés Tous Niveaux	Jiu-Jitsu Brésilien 12h30-13h30
Jiu-Jitsu Brésilien Self-Defense 19h00-20h30	JJB Kids 18h00-19h00	Boxe Kids 18h30-19h30	JJB Kids 18h00-19h00	Boxe Kids 18h00-19h00	Boxe Pao 13h30-14h30
Boxe Pieds-Poings 20h30-22h00	Jiu-Jitsu Brésilien 19h00-20h30	Cardio Boxe 19h30-21h00	Grappling Fight (MMA Français) 19h00-20h30	Boxe Pieds-Poings 19h00-20h30	Open-Mat Résa Cours Privés Tous niveaux 15h00-17h00
	Grappling Fight (MMA Français) 20h30-22h00		Jiu-Jitsu Brésilien 20h30-22h00	Grappling / Jiu-Jitsu No-Gi 20h30-22h00	Cours Privés Tous Niveaux - 05 35 54 45 39
					Open-Mat : - Réservez 24h à l'avance
					Âge Jiu-Jitsu Kids Enfants : - De 4 à 12 ans
					Âge Boxe Kids Enfants : - De 6 à 12 ans

Tous les cours Jiu-Jitsu , Grappling Fight et Boxe sont Mixtes (Homme et Femmes)

Chaque couleur correspond à 1 seul abonnement. Les créneaux "multicolors" sont un seul et même cours. Il n'y a jamais 2 cours en même temps sur le tatamis.

Open-Mat :
Accès libre. Sur réservation gratuite pour tous les abonnés, minimum 24h à l'avance.

Grappling / Jiu-Jitsu No-Gi : Jiu-Jitsu sans le Gi/Kimono en Short et T-Shirt.
Réservez aux abonnés Grappling Fight (MMA Français) et JJB (+ Girls le Vendredi)

Boxe Pao : Cours réservé abonnés Boxe (+Grappling Fight (MMA Français) et Girls le Samedi). Cours cardio avec Pattes d'Ours sans opposition.

Abonnement Girl : JJB Self-Defense Lundi et Vendredi avec abonnés JJB. Boxe Mercredi et Samedi avec abonnés Boxe.

Abonnement annuel (tarif pour une discipline) :
- Paiement en 1 fois : 350€ (Chèque, CB ou RIB)
- Paiement en 9 fois : 1 x 140€ puis 8 x 35€ par RIB

Abonnement cours enfants (Boxe ou Jiu-Jitsu) :
- Paiement en 1 fois : 250€ (Chèque, CB ou RIB)
- Paiement en 9 fois : 1 x 100€ + 8 x 25€ par RIB

Abonnement multi-disciplines ou famille (même adresse ou foyer fiscal) :
- Tarif le plus élevé +150€ pour la 2^{ème} discipline
- Puis +100€ pour les disciplines suivantes