

MAA Pâquis

dernière mäj : juin 2026

Rue Jean-Charles Amat 12 - 1202 Genève

Lu au Ve 11h-21h, Sa 09h-14h

Tél. 022 735 12 12 - info@maa-academy.ch - www.maa-academy.ch

Planning Cours Collectifs

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Matin		07H00 BOXE ANGLAISE		07H00 BOXE ANGLAISE		09H00 BOXE ANGL. KIDS
Midi	12H30 LUTTE	12H30 (45') CARDIO BOXE		12H30 (45') CARDIO BOXE	12H30 BOXE ANGLAISE	10H15 MMA KIDS
	12H30 BOXE ANGLAISE	12H30 MMA	14H15 JIU-JITSU BRES. KIDS	12H30 MMA		10H15 BABY MAA
		12H30 BOXE THAI	15H30 MMA KIDS			11H30 JIU-JITSU BRES. KIDS
Soir		17H30 JIU-JITSU BRES. KIDS	16H45 BOXE ANGL. KIDS			11H30 (45') CARDIO BOXE
	17H30 MMA KIDS	18H00 BOXE ANGLAISE		18H00 BOXE ANGLAISE	18H00 BOXE ANGL. KIDS	12H30 LUTTE
	18H30 (90') MMA	18H30 (90') LUTTE	18H30 (90') MMA	18H30 (90') LUTTE	18H30 (90') MMA	12H30 100% FEMME
	19H00 (90') BOXE THAI	19H00 (90') BOXE THAI	19H15 (45') CARDIO BOXE	19H00 (90') BOXE THAI	19H00 (90') CARDIO BOXE ANGL.	
	20H00 (90') GRAPPLING	20H00 100% FEMME	20H00 (90') GRAPPLING	20H00 100% FEMME	20H00 (90') GRAPPLING	

Nous vous prions de respecter l'horaire et la durée des cours. Pour votre sécurité et votre bien-être, il est conseillé de ne pas manquer l'échauffement au début et le stretching à la fin des cours. Un suivi régulier de ces cours apporte une amélioration générale de votre santé, une meilleure coordination, un gain de force et une tonification musculaire et cardio-vasculaire générale.

Durée des cours : une heure ou spécifié. Un cours peut être annulé si le nombre d'inscrits est inférieur à 3 personnes.

La direction se réserve le droit de modifier ou de changer les cours et leurs horaires, et d'annuler les cours en-dessous de 3 participants.

