

Planning des cours

Rentrée 2026

EFFICIENCE JJB

JIU-JITSU BRÉSILIEN & GRAPPLING

Site internet : <https://efficienciejjb.fr>



Horaires

LUNDI

21H15
22H30

GI

TECHNIQUE

MERCREDI

20H00
22H30

NO GI

TECHNIQUE

JEUDI

20H30
22H00

GI

TECHNIQUE

VENDREDI

21H00
22H30

NO GI

COMPÉTITION

SAMEDI

15H30
18H00

GI

COMPÉTITION

• Dojo Jules Ferry A

7 rue Dagobert, Clichy-la-Garenne
Métro Mairie de Clichy, ligne 13
Bus 54, 174, 274, 341

• Dojo Nelson Mandela

7 rue des droits de l'homme, Clichy-la-Garenne
Métro Mairie de Clichy, ligne 13
Bus 54, 174

Cotisation homme (1 licence incluse)

année 300 €
trimestre 150 €
mois 50 €

Tarifs

Cotisation femme (1 licence incluse)

année 200 €
trimestre 100 €
mois 35 €
La 1ère année d'adhésion est offerte
pour les femmes
(à l'exception de la licence)

Modalités de paiement :

- Par chèque à l'ordre d'Efficienc JJB (possibilité de payer en 3x);
- En espèces ;
- Par virement bancaire ; IBAN : FR76 3008 7338 5900 0220 2100 254

Documents à fournir :

- La fiche d'inscription complétée ;
- Une photo d'identité ;
- Pour les compétiteurs : un certificat médical de non contre-indication à la pratique du Jiu-Jitsu Brésilien.

Contact :

✉ Email : contact@efficienciejjb.fr

☎ Téléphone : 06 29 33 87 09

Débutants bienvenus. Essai gratuit. Cours compétition ouverts à tous.