

ALLIANCE JIU JITSU

PDN LISBOA

H O R Á R I O S 2 0 2 6



TATAME 1

GRADE DE HORÁRIOS 2026

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
07:00	• Iniciante • Intermediário	• Iniciante • Intermediário	• Iniciante • Intermediário	• Iniciante • Intermediário	• Iniciante • Intermediário	
09:30	• Iniciante • Intermediário	• Iniciante • Intermediário	• Iniciante • Intermediário	• Iniciante • Intermediário	• Iniciante • Intermediário	
10:00						• Iniciante • Intermediário • Infanto
11:00						• Open Mat
12:15	• Intermediário	• Avançado	• Intermediário	• Avançado	• NO GI	
17:00	• Intermediário	• Iniciante	• Intermediário	• Iniciante	• NO GI	
18:00	• Infanto	• Infanto	• Infanto	• Infanto	• Infanto NO GI	
19:00	• Avançado	• Intermediário	• Avançado	• Intermediário	• Avançado	
20:30	• Intermediário	• Avançado	• Intermediário	• Avançado	• Intermediário	

TATAME 2

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
12:15	• Iniciante	• Iniciante	• Iniciante	• Iniciante	• Iniciante	
17:15	• Kids	• Kids	• Kids	• Kids	• Kids	
18:00	• Iniciante	• Competição	• Iniciante	• Competição	• Iniciante	
19:00	• Intermediário	• Iniciante	• Feminino	• Iniciante	• Intermediário	
20:30	• Iniciante	• NO GI	• Iniciante	• NO GI	• Iniciante	

ALLIANCE JIU JITSU

PDN LISBOA

S C H E D U L E 2 0 2 6



TOP MAT

SCHEDULE 2026

TIME	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
07:00	• Beginner • Intermediate	• Beginner • Intermediate	• Beginner • Intermediate	• Beginner • Intermediate	• Beginner • Intermediate	
09:30	• Beginner • Intermediate	• Beginner • Intermediato	• Beginner • Intermediato	• Beginner • Intermediate	• Beginner • Intermediate	
10:00						• Beginner • Intermediate • Children
11:00						• Open Mat
12:15	• Intermediate	• Advanced	• Intermediate	• Advanced	• NO GI	
17:00	• Intermediate	• Beginner	• Intermediate	• Beginner	• NO GI	
18:00	• Children	• Children	• Children	• Children	• Children NO GI	
19:00	• Advanced	• Intermediate	• Advanced	• Intermediate	• Advanced	
20:30	• Intermediate	• Advanced	• Intermediate	• Advanced	• Intermediate	

BOTTOM MAT

TIME	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
12:15	• Beginner	• Beginner	• Beginner	• Beginner	• Beginner	
17:15	• Kids	• Kids	• Kids	• Kids	• Kids	
18:00	• Beginner	• Competition	• Beginner	• Competition	• Beginner	
19:00	• Intermediate	• Beginner	• Women's Class	• Beginner	• Intermediate	
20:30	• Beginner	• NO GI	• Beginner	• NO GI	• Beginner	

SIGA-NOS! FOLLOW US!



@alliancejjpdn_lisboa