



HORAIRE HIVER

2026

En vigueur dès le 6 janvier 2026



	MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI
SUPER HÉROS! 2-3 ans				8h40
NINJAS 4-5 ans	17h45-18h15		17h45-18h15	9h-9h30
KARATÉ Apprenti 6-12 ans	18h15-18h45	17h40-18h10	18h15-18h45	9h15-9h45
Évolution 6-12 ans	18h10-18h50	18h10-18h40	18h10-18h50	9h30-10h10
Parents/enfants		18h10-18h40		9h45-10h20
EXCELLENCE Verte verte/bleue	18h50-19h30	18h40-19h20	18h50-19h30	10h20-11h
Bleue Brune	18h50-19h30	18h40-19h20	18h50-19h30	10h10-10h50
CDM Junior 6-11 ans	19h30	18h40-19h20	19h30-20h15	10h10-10h50
CDM Ados-adultes	19h30		19h30	11h30-12h15
KARATÉ ados-adultes	20h15	Kali- Eskrima autodéfense 20h	20h15	11h30-12h15
Combat Verte et +		19h20		11h-11h30

Renseignez-vous sur nos :

Camp de relâche

Camp de jour

Fête d'enfant

Cours Privés personnalisé



S.V.P. veuillez valider la présence de votre enfant ou la vôtre sur l'application: Ks Ste-Rose



Karaté Sportif Ste-Rose,
Adams boxing, kickboxing Gks

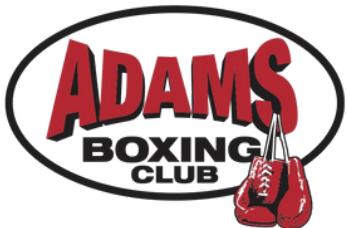


ste-rose@karatesportif.com / 450-625-4920



HORAIRE HIVER

2026



En vigueur dès le 6 janvier 2026

	MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI
10 -12 ans	18h00		18h00	
Adulte 13 ans et +	19h	18h45-19h30	19h	
Combat 13 ans et +		19h30		
Entrainement libre	13h-16h	13h-16h	13h-16h	9h-11h



	MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI
Adulte 13 ans et +	20h15		20h15	11h15
Entrainement libre	13h-16h	13h-16h	13h-16h	9h-11h

Renseignez-vous sur nos :

Cours Privé de Boxe

Cours Privé de Kickboxing

Camp de jour

Fête d'enfant

Camp de relâche

S.V.P. veuillez valider votre présence
sur l'application: Ks Ste-Rose



Karaté Sportif Ste-Rose,
Adams boxing, kickboxing Gks



ste-rose@karatesportif.com

450-625-4920