

# Horaire Automne



En vigueur dès le 18 Novembre 2021

MARDI		MERCREDI		JEUDI		SAMEDI	
<b>18h00 - 18h30</b> <b>Apprenti</b> <b>6 - 8 ans</b>	<b>18h00 - 18h30</b> <b>Apprenti</b> <b>9 - 12 ans</b>	<b>17h30 - 18h00</b> <b>Ninja</b> <b>4 - 5 ans</b>	<b>18h00 - 18h30</b> <b>Apprenti</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>17h30 - 18h00</b> <b>Ninja</b> <b>4 - 5 ans</b>		<b>8h40 - 9h10</b> <b>Ninja</b> <b>4 - 5 ans</b>	<b>8h30 - 9h00</b> <b>Super Héros</b> <b>22 - 44 mois</b>
<b>18h30 - 19h10</b> <b>Évolution</b> <b>6 - 12ans</b>	<b>18h35 - 19h20</b> <b>CCN</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>18h30 - 19h15</b> <b>Parent/enfant</b>	<b>18h30 - 19h15</b> <b>Évolution</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>18h00 - 18h30</b> <b>Apprenti</b> <b>6 - 8 ans</b>	<b>18h00 - 18h30</b> <b>Apprenti</b> <b>9 - 12 ans</b>	<b>9h15 - 9h45</b> <b>Apprenti</b> <b>6 - 8 ans</b>	<b>9h15 - 9h45</b> <b>Apprenti</b> <b>9 - 12 ans</b>
<b>19h15 - 20h00</b> <b>CDM</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>19h20 - 20h05</b> <b>CDM</b> <b>Ados/Adulte</b>	<b>19h15 - 20h00</b> <b>CCN</b> <b>CDM Thématique</b>	<b>19h15 - 19h55</b> <b>Eskrima - Kali</b> <b>Auto défense Ado / Adulte</b>	<b>18h30 - 19h15</b> <b>Évolution</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>18h35 - 19h20</b> <b>CCN</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>9h50 - 10h35</b> <b>CCN</b> <b>6 - 12 Ans</b>	<b>9h45 - 10h30</b> <b>Évolution</b> <b>Tous âges</b>
<b>20h00 - 20h45</b> <b>Ado / Adulte</b>  <b>Toutes ceintures</b>  <b>13 ans et +</b>		<b>20h00 - 20h45</b> <b>Ado / Adulte</b>  <b>Évolution et plus</b>  <b>J/O et plus 13 ans et +</b>		<b>19h15 -20h00</b> <b>CDM</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>19h20 - 20h05</b> <b>CDM Ados/ Adultes</b>	<b>10h35 - 11h20</b> <b>CDM Ados/ Adultes +</b>  <b>Ado /Adulte</b>  <b>11h30 - 12h00</b> <b>Graduation</b>	<b>10h30 - 11h15</b> <b>Parent/enfant</b>  <b>11h15 - 12h00</b> <b>CDM</b> <b>6 - 12 ans</b>



RENSEIGNEZ-VOUS SUR NOS :

- FÊTES D'ENFANTS
- COURS PRIVÉ PERSONNALISÉ
- CAMP DE JOUR

Thématique: Combat, armes et mouvements spectaculaires, Kata et Kata armé, Autodéfense, Jiu Jitsu - Étoile

SUIVEZ- NOUS:



KARATÉ SPORTIF, KICKBOXING SPORTIF, ADAMS BOXING



KARATESPORTIFSTEROSE



# Horaire Automne

En vigueur dès le 18 Novembre 2021



<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Samedi</b>
	Entraînement Libre du mardi au jeudi de <b>13h00 -18h00</b>	<b>18h00</b> <b>Boxe</b> <b>Junior</b> 10-12 ans	<b>18h45</b> <b>Boxe</b> <b>Technique</b>	<b>10h00</b> <b>Boxe</b> <b>Junior</b> 10-12 ans
<b>19h00</b> <b>Boxe</b> <b>Cardio</b>	<b>20h15</b> <b>Kick-</b> <b>boxing</b> 13 ans et +	<b>19h00</b> <b>Boxe</b> <b>Mitaine</b>	<b>20h15</b> <b>Kick-</b> <b>boxing</b> 13 ans et +	<b>11h00</b> <b>Kick-</b> <b>boxing</b> 13 ans et +

Renseignez-vous sur nos cours privé personnalisé

Suivez- nous



Karaté Sportif, Kickboxing Sportif, Adams Boxing



karatesportifsterose

