

# Horaire Automne

En vigueur dès le 28 Août 2021

MARDI		MERCREDI		JEUDI		SAMEDI	
<b>18h00 - 18h30</b> <b>Apprenti</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>18h00 -18h45</b> <b>Évolution</b> <b>6 - 12ans</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>8h30 - 9h00</b> <b>Super Héros</b> <b>22 - 44 mois</b>	<b>9h00 - 9h30</b> <b>Ninja</b> <b>4 - 5 ans</b>
<b>18h30 -19h15</b> <b>Verte - Verte/Bleue</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>18h45 - 19h30</b> <b>Bleue - Brune</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>18h30 - 19h15</b> <b>Parents/enfants</b>	<b>18h30 -19h15</b> <b>Évolution</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>18h00 - 18h30</b> <b>Apprenti</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>18h00 - 18h45</b> <b>Évolution</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>9h15 - 9h45</b> <b>Apprenti</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>9h30 -10h15</b> <b>Évolution</b> <b>6 - 12 ans</b>
<b>19h15 - 20h00</b> <b>CDM</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>19h30 -20h15</b> <b>CDM</b> <b>Ados/Adulte</b>	<b>19h15 - 20h00</b> <b>CCN</b> <b>Thématique</b>	<b>19h15 - 20h00</b> <b>CDM</b> <b>Thématique</b>	<b>18h30 - 19h15</b> <b>Verte - Verte/Bleue</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>18h45 - 19h30</b> <b>Bleue - Brune</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>9h45 - 10h30</b> <b>Parents/enfants</b>	<b>10h15 - 11h00</b> <b>Verte-Verte/Bleue</b> <b>6 - 12 Ans</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>19h30 - 20h15</b> <b>CDM</b> <b>Ados/Adultes</b>	<b>10h30 - 11h15</b> <b>Bleue - Brune</b>	<b>11h00 - 11h45</b> <b>CDM</b> <b>Ados/Adultes</b>
				<b>20h00 - 20h45</b> <b>Ados/Adultes</b> <b>Toutes ceintures 13 ans et +</b>		<b>11h15 - 12h00</b> <b>CDM</b> <b>6 - 12 ans</b>	<b>11h00 - 11h45</b> <b>Ados/Adultes</b> <b>13 ans et +</b>



RENSEIGNEZ-VOUS SUR NOS :

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

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

SUIVEZ- NOUS:



KARATÉ SPORTIF, KICKBOXING SPORTIF, ADAMS BOXING



KARATESPORTIFSTEROSE



# Horaire Automne

En vigueur dès le 28 Août 2021



<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Samedi</b>
	<b>13h00 -18h00</b>  Entraînement libre	<b>18h00</b>  <b>Boxe Junior</b>  10-12 ans	<b>18h45</b>  <b>Boxe Technique</b>	<b>8h30 -10h45</b>  Entraînement libre
	<b>19h00</b>  <b>Boxe Cardio</b>	<b>20h15</b>  <b>Kick- boxing</b>  13 ans et +	<b>19h00</b>  <b>Boxe Mitaine</b>	<b>20h15</b>  <b>Kick- boxing</b>  13 ans et +

Renseignez-vous sur nos cours privé personnalisé

Suivez- nous



Karaté Sportif, Kickboxing Sportif, Adams Boxing



karatesportifsterose